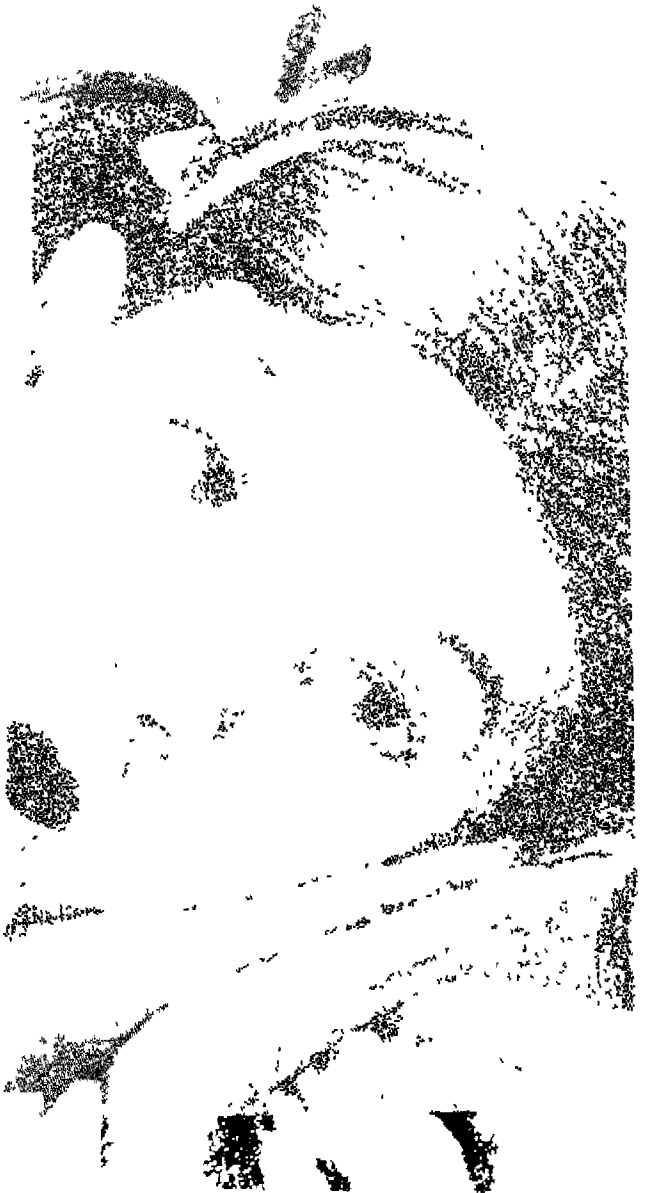


बच्चों की प्राथमिक विकास कैसे ?

। जोशी, डॉ. कंचन पुरी



संसाधन विकास मंत्रालय भारत सरकार द्वारा स्वीकृत

बच्चों की प्राथमिक शिक्षा एवं विकास कैसे ?



शिक्षा

**बच्चों की प्राथमिक
शिक्षा एवं विकास
कैसे ?**

लेखिका

मालती जोशी

(बी० एस-सी०, बी० एड०, अध्यापिका, प० शि० से०)

सहलेखिका

डा० कंचन पुरी

प्रवक्ता : आर० जी० कॉलेज, मेरठ (उ० प्र०)

(उन माता-पिता एवं अध्यापको को जो देश की भावी पीढ़ी को उच्च-चरित्र, विकास एवं जीवन में सफलता का मूलमंत्र देना चाहते हैं।)

मूल्य : 150.00 रुपए

प्रकाशक : राज बुक सर्विस- ब्लॉक-सी-8, हाउस न. 174,
दिल्ली-110053 संस्करण : प्रथम 2004 / आवरण राजकुमार रेख
कौशिक मुद्रक . विकास ऑफसेट, शाहदरा, दिल्ली-110032

बच्चों की प्राथमिक शिक्षा एवं विकास कैसे ? : (शिक्षाप्रद वि
मालती जोशी एव डॉ कंचन पुरी के द्वारा

वक्तव्य

मुझे विभिन्न अवस्थाओं के बच्चों की भिन्न-भिन्न वातावरण में देखभाल का उत्तरदायित्व सभालना पड़ा है। यह पुस्तक मैंने अपने व्यक्तिगत अनुभव के आधार पर लिखी है। मेरा प्रयत्न यह है कि इस पुस्तक के द्वारा मैं अपने अनुभव को अन्य लोगों के लाभ के लिये उनके सामने रख सकूँ।

प्रारम्भ में मिस आभा वर्मा की सहायिका के पद पर नर्सरी स्कूल में पढ़ाते हुए और नर्सरी स्कूल एसोसियेशन से सम्बन्ध होने के कारण बच्चों की वास्तविक आवश्यकताओं के प्रति मैं सचेत हुई और मेरे सामने यह बात स्पष्टतः आ गयी कि शारीरिक और मानसिक स्वास्थ्य अन्वोन्याश्रित है और अभिभावकों तथा अध्यापकों के बीच परस्पर घनिष्ठ सहयोग की आवश्यकता है। 'न्यू एजुकेशन फेलोशिप' के लिये कार्य करते समय शैक्षणिक स्थितियों सबधी मेरा ज्ञान और भी विस्तृत हुआ और 'होम एण्ड स्कूल कौंसिल' की स्थापना के समय उसके निकट सम्पर्क में रहने की वजह से मुझे यह आवश्यकता महसूस हुई कि एक ऐसी बाल-मनोविज्ञान सबधी पुस्तक बहुत ही जरूरी है जो अध्यापकों और अभिभावकों के संयुक्त अध्ययन और वाद-विवाद की बैठकों में काम आ सके और स्वाध्याय के लिये भी उपयुक्त हो। यह पुस्तक इसी आवश्यकता की पूर्ति के लिये लिखी गयी है।

इस पुस्तक की अधिकांश सामग्री दृष्टान्तों के रूप में है। इन दृष्टान्तों को सुविधानुसार तुरन्त खोजा जा सके—इस उद्देश्य की पूर्ति के लिये अध्यायों के क्रम से एक अनुक्रमणिका दे दी गयी है। दृष्टान्त ऐसे दिये गये हैं जिनसे पाठक को अपना अनुभव भी स्मरण हो आये। प्रत्येक अध्याय के अन्त में पाठक की विचारतन्त्री को जगा देने के लिये प्रश्नावली भी दे दी गई है। ये प्रश्नावलियाँ अध्यापकों और अभिभावकों की संयुक्त बैठकों में या ट्रेनिंग स्कूल के विद्यार्थियों के बीच विचार-विमर्श के समय वाद-विवाद का आधार भी बनायी जा सकती हैं। जब भी कोई प्रश्न किसी दृष्टान्त विशेष से संबद्ध होता है तो उस प्रश्न के आखिरी भाग में कोष्ठक के अन्दर वह अक्षर लिख दिया गया है जो प्रत्येक दृष्टान्त के ऊपर लिखा गया है। जब कोई ऐसा प्रश्न किया गया है जो सामान्य ढंग से सम्पूर्ण अध्याय की सामग्री से सम्बन्धित है तो उस प्रश्न को उक्त रीति से चिह्नित नहीं किया गया है।

इस पुस्तक में मैंने पहले अध्याय को दुबारा से लिख दिया है। इसे पुनः लिखने का उद्देश्य घर और स्कूल में बच्चों की युद्धोत्तर समस्याओं को दृष्टान्तों के रूप में सामने लाना है। इस अध्याय में यह बतलाया गया है कि स्वस्थ या बीमार बच्चों की प्राकृतिक चिकित्सा की पद्धति से किस प्रकार देखभाल की जा सकती है।

अनुक्रम

1	बालकों का स्वभाव	7
2	व्यवहार की समस्याएँ	19
3	पारिवारिक सबंध	36
4	कार्य और विश्राम की आवश्यकता	50
5	खिलौने, कार्य और खेल	64
6	बच्चे की शारीरिक देखभाल	83
7	भय	100
8	तेरा-मेरा	109
9	सच और गप्प	118
10	बोलने की शक्ति का विकास	128
11	उत्तरदायित्व	138

अध्याय-1

बालकों का स्वभाव

बालकों और अभिभावकों के बीच जो बहुत-सी कठिनाइयाँ पैदा हो जाती हैं उनका कारण बच्चे की जीवनीशक्ति (Vitality) होती है। इसके साथ यह तथ्य भी होता है कि बच्चा अपनी जीवनीशक्ति को किसी ऐसी दिशा में नहीं लगा सकता है जो बड़ों को स्वीकार हो। परिणाम यह होता है कि वह अपरिमित शक्ति, शरारत करने की प्रवृत्ति अपनी चंचलता और जिज्ञासु भावना के कारण शोर मचाकर बड़ों के कामों में बाधा डालता है। उसकी बातों पर जब बड़े नाराज या परेशान होते हैं तो वह उनके इस कार्य को ठीक नहीं समझता और इससे यह भी हो सकता है कि वह जिद्दी या हठी हो जाये।

इसमें सन्देह नहीं कि जब हम इस प्रश्न पर शान्ति से विचार करते हैं तो इस नतीजे पर पहुँचते हैं कि बच्चा बच्चा ही रहेगा। वह बड़ों की तरह व्यवहार कर ही नहीं सकता—इसलिये उसे दोषी ठहराना व्यर्थ है। वह अपरिपक्व, उत्सुक, सक्रिय और चंचल है और वह जानना चाहता है कि सब काम कैसे होते हैं। हम यह भी अनुभव करते हैं कि बच्चों के बचपन-भरे व्यवहार पर रुष्ट होना अनुचित है।

कुछ ऐसे भी लोग होते हैं जो यह समझते हैं कि बच्चों से बड़ों की तरह के व्यवहार की आशा करके वे कोई गलत काम नहीं करते और वस्तुतः बच्चा ही मूर्ख और अविवेकी है। इस प्रकार के व्यवहार से बड़ों और बच्चों के बीच की कठिनाइयाँ निरन्तर बढ़ती ही जाती हैं। इसका परिणाम यह भी हो सकता है कि आगे चलकर बच्चा सभी अधिकारियों के सामने ऐसा बर्ताव करने लगे जिससे दिक्कतें बढ़ती ही चली जायें।

कुछ कठिनाइयाँ बच्चों की तरफ से भी हो सकती हैं और वे इसलिये होती हैं कि बच्चा साफ-साफ यह नहीं समझ पाता कि बड़े उससे क्या चाहते हैं या वह वैसा न कर सके जैसा करने के लिये किसी अवसर पर उससे कहा जाये। अक्सर बच्चे का दिमाग बड़ों के बजाय अपेक्षाकृत मन्दगति से कार्य करता है और उसे यह समझने में कुछ समय लगता है कि वस्तुतः उससे क्या करने को कहा जा रहा है और फिर जैसा कहा गया है वैसा करने में भी समय लगता है।

दूसरी चीज जिससे कठिनाई पैदा होती है—वह यह है कि जब पहले-पहल उन्हें कोई चीज दिखलाई पड़ती है तो वे देखते ही उस चीज के सारे गुणों को नहीं समझ पाते हैं। उदाहरण के लिये वे आग देखकर शायद यह नहीं समझ पायें कि उसमें जलाने की शक्ति है या यदि नल को खुला छोड़ दिया गया तो चांगे तरफ पानी-ही-पानी भर जायेगा। रसोई गैस का स्विच ऑफ कर दिया गया तो चूल्हे में रखे केक बरबाद हो जायेंगे। इसलिये बच्चा ये चीजे सीखने के लिये प्रयोग कर सकता है तथा इन प्रयोगों से बड़ों के लिये और कभी-कभी बच्चों के लिये भी कठिनाइयाँ उत्पन्न हो सकती हैं। बच्चे का अज्ञान और उसकी वह जिज्ञासु प्रवृत्ति कि वह जो कुछ देखे उसे जान ले बच्चे की उत्सुकता के कारण होते हैं और शायद यही ऐसी बातें होती हैं जिनकी वजह से वह पढ़ने-लिखने में रुचि पैदा कर पाता है।

बच्चों की दुनिया ही अलग होती है और यदि बड़े उनकी दुनिया की कल्पना करे तो उन्हें बच्चों के साथ व्यवहार करने में जो कठिनाइयाँ उत्पन्न होती हैं वे काफी हद तक दूर हो सकती हैं। बड़े बच्चों की दुनिया की कल्पना अपना बचपन याद करके कर सकते हैं। दूसरा बचपन यह हो सकता है कि वे बच्चों को खाले समय, खेलते समय, नहाते-धोते और कपड़े पहनते समय सहानुभूतिपूर्वक लेकिन ध्यान से उनकी क्रियाओं को देखें तथा उनका मनन करें। जो लोग बालक के जगत् में प्रवेश नहीं पाते वे बच्चे के स्वभाव के संघर्षशील और अस्त-व्यस्त तत्त्वों को भली-भाँति नहीं समझ सकते। बच्चे में एकाग्रता की अद्भुत शक्ति होती है और साथ ही वह कभी भी बिल्कुल शान्त होकर नहीं बैठ सकता। उसमें अपरिमित शक्ति होती है, फिर भी वह बड़ी जल्दी ही क्षान्त हो सकता है। वह बड़ा आशावान भी होता है लेकिन जरा-सी देर में ही बहुत अधिक निराश भी हो सकता है। उसमें उदारता भी ऐसी होती है कि एक ही क्षण में वह अपने पास की सारी चीजे भी किसी को दे सकता है और लालची भी ऐसा होता है कि कभी अपनी चीजों का एक छोटा-सा भी हिस्सा देने में आनाकानी कर जाये। वह शायद कभी किसी मौके पर बड़ी-से-बड़ी अमूल्य चीजों के लेने से मना कर दे लेकिन कभी ऐसा भी हो सकता है कि किसी छोटी-सी चीज को अपने पास रखने के लिये बुरी तरह मचल जाये। उसमें चीजों को बनाने और बिगाड़ने की भी समान प्रवृत्ति होती है।

एक बात और भी है जिससे बच्चे के स्वभाव को समझने में बड़ी सहायता मिल सकती है। वह यह है कि बड़े अपनी क्रियाओं और स्वभाव को समझे। यदि किसी समय बच्चा अपने माता-पिता में से किसी को चिन्तित या रुष्ट देख लेता है तो वह यह तुरन्त भाप लेता है कि जरूर दाल में कुछ काला है। जैसे ही बच्चे ने यह समझा कि वह भी परेशान और बेचैन होने लगता है। बच्चे के लिये चिन्ता का बोझ बड़ा होता है यह बोझ उस समय और भी बढ़ जाता है जब बच्चा यह नहीं

जानता कि उसके अभिभावक क्यों चिन्तित है। जैसे ही बड़े इस बात को समझ लेते हैं—वैसे ही वे बड़ी आसानी से बच्चे की चिन्ता के बोझ को समझदारी के साथ दूर कर सकते हैं। अभिभावक की समझ में यह बात अपने आप आ जाती है कि बच्चा क्यों अकस्मात् नाराज होकर बरस पड़ता है, वह क्यों भयभीत हो जाता है, वह क्यों ऐसी बातें करने की चेष्टा करता है जिन्हें न करने के लिये बड़ों ने उसे आज्ञा दे रखी है। वह क्यों लड़ना चाहता है—वह क्यों किसी चीज को अपने पास रखने के लिये भयकर ईर्ष्या करने लगता है, वह क्यों किसी भी काम में—चाहे वह अच्छा हो या बुरा—नेता बनना चाहता है, वह क्यों दूसरों की जरूरतों की तरफ ध्यान नहीं देता और क्यों कभी-कभी बिना इच्छा प्रकट किये अपेक्षित सेवा कार्य दौड़-दौड़कर करने लगता है ? वह कभी बहुत अधिक प्यार का प्यासा क्यों हो उठता है ? और कभी बिल्कुल ही अकेला रहना क्यों पसन्द करता है ?

बालक के विकास में बड़ों की मुख्य समस्या यह होती है कि वे उसके जीवन में स्वतंत्रता और सत्ता दोनों का उचित अनुपात निर्धारित करें। उनमें यह भावना पैदा करे कि वे किस प्रकार अपने आप अपनी चीजों की देखभाल करें। उत्तरदायी बनें। बच्चों के विकास की समस्या में सबसे बड़ी और महत्वपूर्ण बात यह है कि उनमें किस प्रकार नये वातावरण के अनुकूल अपने को बना लेने की प्रवृत्ति उत्पन्न की जाये और उनमें पारस्परिक सहयोग और समझदारी की भावना पैदा की जाये। किस प्रकार उनको ऐसे भयों तथा बाधाओं से बचाया जाये जिनकी वजह से उनकी विकास की गति अवरुद्ध हो जाती है। यदि माता-पिता इन समस्याओं को सुलझा लेते हैं तो वे यह अनुभव करते हैं कि स्थिति काबू में है और वे परिस्थितियों के स्वामी हैं। इसके बाद माता की (ज्यादातर जिसकी देखभाल में बच्चा रहता है) यह इच्छा नहीं रह जाती कि बच्चा उसकी आज्ञाओं का पालन तत्काल करे। इसके बजाय वह कोई-न-कोई ऐसा रास्ता निकाल लेती है जिससे बच्चा उन कामों में स्वयं ही उसके साथ सहयोगपूर्वक कार्य करने लगे जिनके बारे में वह यह चाहती है कि बच्चा बिना वाद-विवाद के उसकी बातें मन ले। माता इसके बाद आदेश देने से बचती है। आज्ञा के बजाय वह सुझाव देती है और अपने सुझाव के साथ ही बच्चे द्वारा प्रकट की गयी इच्छाओं पर भी विचार करती है। इस तरह से वह बच्चे का सहयोग प्राप्त करने में सफल हो जाती है। बच्चा मजबूरी में उसके कहने के अनुसार काम करने के बजाय अपनी इच्छा से माता का कहना मानता है।

ऐसी माता फिर कभी दमनपूर्ण निषेधात्मक आदेश अपने बच्चे को नहीं देगी। वह यह नहीं कहेगी, 'न मुत्रा । ऐसा कभी मत करना।' इसके बजाय वह कोई ऐसा काम बतला देगी जिससे बच्चा अवाञ्छित कार्य न करने पाये। इस प्रकार बच्चे की सोचने की शक्ति को दूसरी दिशा में मोड़ देगी। बच्चा हठी न हो पायेगा।

इसमें जरा भी सन्देह नहीं कि डाट-फटकार और मारपीट से बच्चों और बड़ों के बीच अच्छे सम्बन्ध स्थापित नहीं हो पाते हैं और दोनों ही परेशान होते हैं। शारीरिक-दण्डों का भावना और पारस्परिक संबंध के जगत् पर सबसे अधिक और गम्भीर प्रभाव पड़ता है। कभी-कभी तो उक्त बातों की प्रतिक्रिया वर्षों तक ही नहीं—जीवन भर बनी रहती है।

बच्चों के साथ बीती पीढ़ियों की अपेक्षा आजकल के माता-पिता कहीं अधिक कोमल व्यवहार करते हैं लेकिन परेशान होकर तमाचा मार देने की बात बिल्कुल अस्तित्वहीन नहीं हो गयी है। दुर्भाग्यवश, स्कूलों में भी शारीरिक-दण्ड दिया जाना बिल्कुल बन्द नहीं किया गया है।

घर या स्कूल में जितने भी शारीरिक दण्ड बच्चों को दिये जाते हैं वे सब बड़ों की भावना, बच्चों के व्यवहार के समक्ष उनकी बचैनी, आदत या अक्षमता को प्रतिबिम्बित करते हैं। और जब बड़े यह अनुभव करते हैं कि मारपीट करना उनकी अयोग्यता का परिचायक है तो वे इस काम को नहीं करते।

शारीरिक दण्ड से दीर्घकाल में कोई लाभ नहीं होता। कुछ देर के लिये ऐसा अवश्य लगता है कि बच्चे का व्यवहार बदल गया है लेकिन वस्तुतः वह आपत्तिजनक व्यवहार की जड़ को स्पर्श भी नहीं कर पाता है। परिणाम यह होता है कि बच्चा एक अवाञ्छनीय काम को छोड़कर कोई दूसरा वैसा ही अवाञ्छनीय काम करने लगता है।

कभी-कभी माता-पिता या अभिभावक बच्चे से अपनी बात मनवाने के लिये अन्तिम शस्त्र के रूप में मारपीट करते हैं। लेकिन इसका भी दोनों पक्षों के सम्बन्धों पर बुरा प्रभाव पड़ता है क्योंकि इसमें भी बड़ों का बच्चों पर अपनी इच्छा बलात् लादने का भाव छिपा रहता है। बड़े बच्चे का सहयोग प्राप्त कर लेने की अपनी शक्ति पर निर्भर नहीं रहते। इसमें शक नहीं कि बालक का सहयोग प्राप्त करना बड़ा कठिन होता है। उसके मस्तिष्क में यह भाव बना रहता है कि यदि उसने सुझाव न माना तो उससे बात मनवाने के लिये जोर-जबर्दस्ती की जायेगी।

ऐसी माता को (माता से हमारा आशय माता-पिता या अभिभावक सबसे है) जिसने मारपीट न करने का निश्चय कर लिया हो बच्चे से किसी काम को करने के लिये कहने के पूर्व अपने मन में नीचे लिखे प्रश्नों को पूछना चाहिए—

1. क्या जो कुछ मैं चाहती हूँ वह बच्चा कर सकता है ?
2. यह करने से बच्चे के विकास में सहायता मिलेगी या बाधा पड़ेगी ?
3. यदि इस काम को करने से बच्चे को लाभ होगा तो वह कौन-सा सर्वोत्तम रास्ता है जिससे बच्चे का अधिक-से-अधिक सहयोग मिल सकता है ?

जब बड़ों और बच्चों के संबंध बहुत अधिक बिगड़ जाते हैं और विशेषकर जब किसी बच्चे के माता-पिता या नहीं रहते और बच्चे को अपने पैरों पर

खड़ा होने के लिये विवश होना पड़ता है या किसी ऐसे व्यक्ति के सहारे रहना पड़ता है जो उसे नहीं चाहता—तो इसका असर बालक के विकास पर बहुत अधिक पड़ता है क्योंकि बच्चे का मंगल बहुत कुछ उस सुरक्षा की भावना में छिपा रहता है जो सहज स्नेह के कारण पैदा हो जाती है। इस इतनी बड़ी दुनिया में उसकी भी कोई छोटी-सी जगह है—यह बात बच्चे को बहुत आश्वस्त करती है।

अज्ञानी मां-बाप या अभिभावक बच्चे के साथ कैसा व्यवहार करते हैं—इसके कुछ उदाहरण मैं अपने अनुभवों द्वारा नीचे दे रही हूँ। इनसे पता चलता है कि जब बच्चा यह अनुभव करता है कि उसकी जरूरत नहीं है तो उस पर कैसी प्रतिक्रिया होती है। यही नहीं, मा-बाप की चिन्ता का भी उस पर कैसा असर पड़ता है यह भी स्पष्ट हो जायेगा।

(अ) पार्क में लगभग दो वर्ष का बच्चा

एक दिन तीसरे पहर हरे-भरे पार्क में मैं एक जगह बैठी हुई थी। मेरे बगल में ही एक स्त्री और आकर बैठ गयी। उसके पैरों के पास दो वर्ष का बच्चा खेलने लगा।

बच्चे ने थोड़ी देर बाद थोड़ी-सी घास उठा ली। थोड़ी देर बाद उसने घास को अपने मुँह में रख लिया। मा ने बड़ी लापरवाही से बच्चे को अपनी तरफ घसीट लिया और उसके हाथों को झाड़कर घास गिरा दी और मुँह में रखी गयी घास को अगुलियों से निकालकर साफ करने की कोशिश करने लगी। बच्चा चीखने लगा। लेकिन माँ ने उसे अपनी छाती से लगा लिया और कई बार उसे प्यार किया। थोड़ी देर में बच्चा चुप हो गया। चुप हो जाने के बाद मा ने बच्चे को फिर गोद से उतार दिया और खेलने के लिये छोड़ दिया। बच्चा इस बार अपनी माँ से दूर चला गया—शायद यह सोचकर कि वह दूर रहने पर मा के चगुल से सुरक्षित रहेगा। माँ ने पहले इस तरफ कोई ध्यान नहीं दिया। थोड़ी ही देर बाद माँ को ख्याल आया कि बच्चा उसके पास नहीं है। वह उसे बुलाने लगी। बच्चा मुस्कराता रहा लेकिन माँ के बुलाने से वह उसके पास न गया। जाना तो दूर रहा, अपने स्थान से हिला भी नहीं। इस पर मा ने और जोर से बच्चे को बुलाया। इस बार वह डर-सा गया लेकिन इतने पर ही बैठा रहा। तीसरी बार मा ने फिर बुलाया—लेकिन इतने पर भी जब वह नहीं आया तो मा उठ खड़ी हुई और बच्चे के पास जाकर उसे हाथ पकड़कर घसीट लायी। बच्चे ने कोई सक्रिय प्रतिरोध नहीं किया लेकिन वह बड़ी अनिच्छा से अपनी मा के साथ आया।

वह थोड़ी देर अपनी मा के बगल में ही खेलता रहा। लेकिन वह बेचैन था और चिन्तित भी लेकिन थोड़ी ही देर में वह हाल की बात को भूल गया और मा के पास

से धीरे-धीरे हटकर दूर चला गया। इस बार वह पिछली बार से अधिक दूर जा रहा था। उसकी गति से ऐसा लगा कि वह पार्क से उतरकर सड़क पर चला जायेगा।

तभी मा ने सड़क पर आती मोटरकार की आवाज सुनी और वह बच्चे के पीछे तेजी से भागी। बच्चे ने अपने पीछे मा को आती देख और भी तेजी के साथ आगे भागना शुरू कर दिया। लेकिन मां ने सड़क तक पहुंचने के पूर्व ही बच्चे को पकड़ लिया। इस बार मा बड़े जोर से एक मिनट तक बच्चे को झकझोरती रही और फिर उसे इस प्रकार ऊपर उठा लिया कि बच्चा जमीन अपने पैर से न छू सके और अपने साथ वापस ले आयी। बच्चा चीखता-चिल्लाता और दुखी होता हुआ मा के साथ चला आया।

मै उस जगह को छोड़कर उठ आयी। और अधिक देख सकना मेरे लिए संभव न था। फिर भी, सड़क पर आते हुए मैने एक बार पीछे मुड़कर देखा कि क्या हो रहा है। मैने देखा, मा बच्चे को अपनी दोनों बांहों में जकड़े और वह बुरी तरह नीचे उतरने के लिये छटपटा रहा है। मैने समझ लिया कि बच्चे के मस्तिष्क में एक और अप्रिय अनुभव घर कर रहा है।

(आ) तीन वर्ष के दो बच्चे रेल के डिब्बे में

एक बार मुझे दो ऐसी महिलाओं के साथ रेल में लम्बा सफर करना पड़ा जिनके तीन वर्ष के दो बच्चे थे। दोनों बच्चे एक-दूसरे से आकृष्ट हो रहे थे। दोनों एक-दूसरे को देखकर मुस्कराये। एक बच्चे ने खिडकी में लगी चमड़े की पट्टी से खेलना शुरू कर दिया तो दूसरे ने भी चाहा कि वह भी ऐसा ही करे। लेकिन पहले बच्चे ने पट्टी को दृढ़ता से पकड़ रखा था। उसकी मां ने बच्चे से पट्टी छोड़ देने के लिये कहा। बच्चे ने उसे छोड़ दिया। लेकिन छोड़ने के बाद ही फिर उसे पकड़ लिया। मा ने इस तरफ कोई ध्यान नहीं दिया। पहला बच्चा बराबर उससे खेलता रहा और दूसरे बच्चे की भी कोशिश जारी रही कि वह पट्टी पकड़ ले। दोनों महिलाएँ आपस में बातें करने में व्यस्त थीं। उन्होंने बच्चों की ओर कोई ध्यान नहीं दिया।

आखिरकार, एक ऐसा मौका आया जब दूसरे बच्चे ने चमड़े की उस पट्टी को पकड़ लिया। पहला बच्चा भी उसे पकड़े था। दोनों में से किसी ने भी पट्टी को छोड़ा नहीं और अपनी-अपनी तरफ खींचने का प्रयत्न किया। परिणाम यह हुआ कि दोनों ही सीट से नीचे गिर पड़े। इस धमाचौकड़ी में इतना शोर हुआ कि दोनों महिलाओं को बातचीत करना बन्द करके बच्चों की तरफ ध्यान देने के लिए विवश होना पड़ा। दोनों ने अपने-अपने बच्चों को उठाकर सीटों पर बैठा दिया और कह दिया कि उन्हें जहाँ बैठाया गया है—वहाँ से जरा भी न हटे। लेकिन जल्दी ही पहला बच्चा अस्थिर हो उठा। वह उचक-उचककर खिडकी के बाहर देखने लगा। दूसरे ने भी ऐसा ही

मिड शिक्षा एव विकास कैसे ?



करना चाहा लेकिन उसकी मा ने बच्चे की बांह कसकर पकड रखी थी और जब उसने हिलने की कोशिश की तो मा ने कठोरतापूर्वक अपने बच्चे से कहा, 'चुपचाप बैठे रहो। जरा भी हिले-डुले तो फिर समझे रहना, तुम्हारी शामत आयी।'।

बच्चा थोड़ी देर तक चुपचाप शान्त बैठा रहा लेकिन सामने वाला बच्चा उसके सामने बैठा अपनी मनचाही कर रहा था। यह स्थिति दूसरे बच्चे को असह्य थी। जैसे ही वह अपनी मां के पजे से छुटकारा पा सका—वह अपने घुटनों के बल बैठ गया। मा को बच्चे द्वारा की गयी अपनी आज्ञा की अवज्ञा जरा भी बर्दाश्त नहीं थी। बच्चे को अपनी इच्छा के विरुद्ध मुद्रा में पाकर मा ने उसे पकड लिया और सीट पर बैठा दिया। बच्चा इस प्रक्रिया के दौरान बराबर अपने हाथ-पैर फटकारता रहा। तभी पहले वाले बच्चे की मां का ध्यान भी अपने लडके की तरफ गया। वह बड़े ध्यान से सामने होने वाले दृश्य को घुटनों के बल बैठा देख रहा था। मा ने सोचा—उसे बोलना चाहिए। पहले मा ने कहा कि वह ठीक से बैठ जाये। जब बच्चे ने कोई ध्यान नहीं दिया तो वह जोर से बोली, 'राजू, यदि तुम इसी क्षण ठीक से नहीं बैठे तो बहुत मारुंगी तुम्हे।' राजू ने अपनी 'मां की तरफ देखा। इसके बाद मा ने जो कुछ कहा था उसका अर्थ समझा और अन्त में डरकर आज्ञानुसार सीधी तरह बैठ गया।

जिस बच्चे को पहले डाट पडी थी—वह रो रहा था। उसकी सहानुभूति में दूसरे बच्चे ने भी रोना शुरू कर दिया। तभी दोनो माताओ में से एक को ख्याल आया कि कम्पार्टमेंट में और भी यात्री हैं और उनके सामने बच्चों का इस प्रकार रोना-चिल्लाना ठीक नहीं है—इसलिए दोनो ने बच्चों को चुप हो जाने के लिए एक-एक नारंगी दे दी। वह नहीं चाहती थीं कि बच्चे और भी अधिक रोयें-चिल्लाएं या मचलें, इसलिये दोनो बच्चे कम्पार्टमेंट में नारंगी को गेद की तरह उछाल-उछालकर खेलने लगे। इस बात पर दोनो महिलाओ में से किसी ने आपत्ति नहीं की। बच्चों का यह खेल जारी रहा। खेल में न केवल उन्होने शोर ही मचाया—बल्कि अपने कपडे इतने गन्दे कर लिये कि अन्य लोग उन बच्चों की शक्लें देख-देखकर हैरान हो गये। कुछ को बुरा भी लगा और नाराजी भी हुई।

इसके बाद राजू ने दूसरे बच्चे की मां के कहने पर नारंगी को छीलकर खाना शुरू कर दिया। दूसरे बच्चे राकेश ने भी ऐसा ही किया। थोड़ी ही देर में नारंगी का रस उनके हाथ में लग गया। रस से चिपचिपे हाथों से दोनो बच्चे कम्पार्टमेंट की सब सीटों को गंदा करने लगे। जब गाड़ी निर्दिष्ट स्टेशन पर पहुंची और उतरने का समय आ गया तो सबने चैन की सास ली। प्लेटफार्म पर उतरकर जब मैने उन बच्चों के बारे में सोचा तो मुझे लगा कि अभी उन अभागों के भाग्य में कुछ और तमाचे खाना बदा है। मेरे दिमाग में बच्चों के हुल्लडबाज खेल और उनकी मानसिक अस्त-व्यस्तता का चित्र खिच गया

(इ) यातना-शिविरो के बच्चे

चार वर्ष की उम्र में बहुत-से बच्चों ने, जो कुछ ही मास पूर्व यातना-शिविरो से बचाकर लाये गये थे, नये घर में आने के पहले दो दिनों के अन्दर ही सारे खिलौनों को तोड़फोड़ डाला। यह उनके जगली और अनियंत्रित व्यवहार का एक नमूना था। उन्होंने एक-दूसरे से अलग होना अस्वीकार कर लिया और वे अपने से बड़े प्रत्येक व्यक्ति की आज्ञा के विरुद्ध हठपूर्वक कार्य करना चाहते थे। वे एक-दूसरे को पकड़कर खाने-पीने की चीजों के लिये आपस में लड़ते थे।

लेकिन कुछ महीनों के अन्दर ये बच्चे सुधर गये। उनका सारा खाना एक ही थाली में परोसा जाता था और वे उसमें से अपने हिस्से का ही खाना लेते थे। उसमें से अपनी आवश्यकता से अधिक खाना नहीं लेते थे। उनका व्यवहार सहयोगात्मक और मैत्रीपूर्ण हो गया था। लेकिन उनकी और भी बहुत-सी कठिनाइयाँ थी क्योंकि उनमें वह सुरक्षा की भावना नहीं रह गयी थी जो माता-पिता के साथ रहने से अपनी रहती है। यदि उन्हें कोई स्नेहपूर्वक व्यवहार करके मोह लेता तो वे एकदम उसके कहने में हो जाते थे—या फिर बड़ों के सामने बिल्कुल गुमसुम बैठे रहते थे।

ग्यारह साल का एक बच्चा, जो यातना-शिविर में रह आया था और जिसे कुछ समय तक लगातार एक स्थान से दूसरे स्थान जाते रहना पड़ा था—जब एक जगह स्थायी रूप से रहने के लिये भेजा गया तो उसने एक ऐसी बात कही जिससे पता चलता है कि उसमें सुरक्षा की भावना का कितना अभाव था। उसे विश्वास ही नहीं होता था कि उसे लोग अपने पास रखना चाहते थे। बच्चे से घर पहुँचने पर कहा गया था कि वह अपना सामान खोल डाले और कमरे में ठीक से रख ले। इसका उत्तर उसने यह दिया, 'सामान खोलना बिल्कुल बेकार है। मुझे तो जल्दी ही फिर यहाँ से जाना पड़ेगा, इसलिए ज्यादा अच्छा होगा कि सामान ज्यों-का-त्यों बंधा रहे।'

(इ) निष्क्रमण और विलग होने की समस्याएं

युद्धकाल में रजनी को अपनी मा के साथ अपना देश छोड़कर कनाडा जाना पड़ा। वहाँ वह अपनी उन चाची से बहुत स्नेह करने लगी जिनके यहाँ वह रही थी। जब वे लोग इंग्लैंड वापस लौटे तो रजनी की आयु 6 वर्ष की हो गयी थी। मा को ऐसा प्रतीत हुआ कि बच्ची की देखभाल का काम बड़ी ही मुसीबत का है और वह अपनी बच्ची के प्रति स्नेह प्रकट करना क्रमशः कम करती चली गयी। वह बच्चों को उसकी हर गलती पर बड़ी नासमझी और सहानुभूतिहीन ढंग से डाटती।

बच्ची बहुत जिद्दी हो गयी और कभी-कभी इनकी ज्यादा मचल जाती कि उसे मुश्किल हो जाता एक बार तो उसने यहाँ तक कह डाला कि वह अपनी

दूसरी मा (उसका मतलब अपने स्नेहशील चाची से था) के पास कनाडा वापस चली जाना चाहती है।

आखिरकार यह तय किया गया कि उसे बोर्डिंग स्कूल में भेज दिया जाये। जब तक मा का ख्याल उसकी तरफ से अच्छा न हो जाये तब तक के लिए यह निर्णय अच्छा ही था। यद्यपि स्कूल में सुचित होकर पढ़ने की बच्ची की क्षमता तथा छुट्टियों की खुशी पर उसकी मा के व्यवहार की प्रतिक्रिया का होना स्वाभाविक था।

बहुत-से निष्क्रान्त बच्चों को तथाकथित सुरक्षित क्षेत्रों में बड़ा मानसिक क्लेश हुआ। कुछ बच्चों को तो साफ यह लगा कि नये घरों में उनकी कोई आवश्यकता अनुभव नहीं की जा रही है। कुछ को अपने माता-पिता और मित्रों की चिन्ता थी और कुछ इसलिये परेशान थे कि बोली और व्यवहार के एक निश्चित ढंग के कारण वे अपने आपको नये वातावरण के अनुकूल नहीं बना पा रहे थे। नतीजा यह हुआ कि कुछ बच्चों का बिस्तर गीला हो जाता, कुछ का स्वभाव चिडचिडा हो गया और वे जरा-जरा-सी बात पर बिगड़ जाते। इसके विपरीत कुछ बच्चों को घर वापस लौटने पर कठिनाइयों का सामना करना पड़ा। इसका कारण यह था कि वे जिन घरों में शरणार्थी के रूप में रहे थे—उनमें उनको इतना प्यार मिला था कि अपने उन अभिभावकों को छोड़ना उनके लिये बड़ा कठिन हो गया।

राजू 11 वर्ष का था—जब वह इंग्लैंड वापस आया। वह वापस आने पर बहुत दुखी हुआ। वह अपने कमरे को अन्दर से बंद कर चुपचाप बैठा रहता और किसी से कुछ भी नहीं बोलता। आखिरकार बच्चे की खुशी के लिए माता-पिता ने आपस में विचार कर यह तय किया कि राजू से कहा जाये कि यदि वह कनाडा रहना चाहता है तो वही चला जाये। जब राजू से कहा गया तो उसने कनाडा जाने से इन्कार कर दिया और बोला कि वह अपने घर ही में रहेगा। माता-पिता को यह देखकर खुशी हुई कि राजू द्वारा किये गये स्वेच्छित्त निश्चय पर उसे धीरे-धीरे कनाडा की याद आना कम हो गया और वह अपने घर पर रहने का अभ्यस्त हो गया।

जो बच्चे युद्धकाल में अमेरिका या कनाडा में रहे थे वे युद्ध के खतरे के बीत जाने के बाद जब घर वापस लौटे तो बिल्कुल भिन्न थे। वे न केवल आयु में बड़े हो गये थे बल्कि उन्हें कुछ ऐसे अनुभव हुए थे जिनका उनके माता-पिता को कोई ज्ञान नहीं था। इसका कारण दोनों देशों के बीच की वह दूरी थी जिसकी वजह से बच्चों और माता-पिता के बीच कोई निकट सम्पर्क शेष नहीं रह गया था।

ऐसे बच्चों का घर वापस आना बच्चों और उनके माता-पिता दोनों के लिए कठिनाइयां पैदा करने वाला सिद्ध हुआ। कभी-कभी तो उन कठिनाइयों का असर कई वर्षों तक बना रहा जब बच्चे बहुत दिनों तक माता पिता से अलग रहे तो उनके वापस लौटने पर यह बहुत ही जरूरी है कि बड़ों की तरफ से बच्चों का

बुद्धिमत्तापूर्वक ख्याल रखा जाये।

बहुत-से बच्चे अपने पिता से बहुत दिनों तक विलग रहे। जब ऐसे बच्चे वापस लौटे तो पिता को उन्हें पुनः अपने साथ रखने में बड़ी कठिनाई हुई। सुरेश ने जिसकी आयु पांच वर्ष की थी कहा कि वह अलग रहना चाहता है। पिता चाहते थे कि सुरेश पहले की भाँति बच्चे की तरह से रहे जिसका सुरेश की तरफ से प्रतिरोध किया जाता था।

(उ) स्थानाभाव की समस्याएं

बहुत-से लोग ऐसे मकानों और स्थानों में रहते हैं जो उनकी आवश्यकता के लिहाज से बहुत छोटे होते हैं। यह बात केवल वहीं के विषय में सत्य नहीं जहाँ आबादी घनी है। बहुत-से लोग अपने मित्रों या सम्बन्धियों के साथ एक ही मकान या कमरे में रहते हैं। एक ही मकान या फ्लैट में कई परिवारों के एक साथ रहने से बच्चों को बड़ी कठिनाई का सामना करना पड़ता है। किसी-न-किसी वजह से उनको आवश्यकता से अधिक चुप रखा जाता है और ऊँधम मचाने से रोका जाता है जिससे वे किसी की सम्पत्ति को क्षति न पहुँचाने पायें। इन सबकी माँ को सबसे अधिक चिन्ता करनी पड़ती है जो किसी-न-किसी बात पर हमेशा बच्चों को डाँटती ही रहती है।

3 वर्षीया बच्ची रूपा को एक ऐसे फ्लैटो के ब्लॉक में रहना पड़ता था जहाँ अन्य बच्चे नहीं थे। उसके माता-पिता को यह अनुभव हुआ कि बच्ची की हर बात को उनके पड़ोसी बड़े ध्यान से देखते रहते हैं। बच्ची भी यही बात अनुभव करती थी जिसकी वजह से उसको हर कदम पर सावधान रहना पड़ता था और वह चुपचाप भी रहती थी क्योंकि शोर मचाने पर बच्ची और उसके परिवार के लोग वहाँ रह नहीं पाते। जब भी अपने घर में दौड़ती, खेलती या कूदती आसपास के लोग परेशान हो उठते और उसे ऐसा करने से रोक दिया जाता। बच्ची के माता-पिता किसी दूसरी जगह अलग रहना पसन्द करते लेकिन अन्य किसी स्थान पर उचित जगह मिलनी मुश्किल थी। पड़ोस की वजह से ही माता-पिता ने यह तय किया कि वे अपने परिवार को और अधिक बढ़ाना नहीं चाहते। हालाँकि वे यह अनुभव करते थे कि रूपा के यदि कोई भाई या बहन हो जायेगी तो उसे अपना मन लगाने में बड़ी मदद मिलेगी। साथ ही उन सबको भी प्रसन्नता होगी।

(ऊ) रवि और उसके पिता की नौकरी

रवि की आयु 8 वर्ष की थी लेकिन इसी में उसकी मुखभुद्रा से घोर चिन्तातरता में चिह्न प्रकट होने लगे थे। बात यह थी कि रवि के पिता जिस

कम्पनी में नौकरी करते थे वह कम्पनी बन्द होने वाली थी। बच्चा बड़ा चिड़चिड़ हो गया था। जरा-जरा-सी बात पर झुझला उठता था। शोर मचाने लगता था और स्कूल का काम सहजता से कर न पाता था। उसकी यह अवस्था कई सप्ताह तक चलती रही। आखिरकार कठिनाई का वह समय समाप्त हो गया और कम्पनी के मालिकों ने यह तय किया कि वह उसे बन्द नहीं करेगा। मैं यह तो नहीं जानती कि रवि विस्तारपूर्वक उन आशकाओं को समझता था जिन्हें उसके माता-पिता अनुभव करते थे लेकिन मेरा ख्याल है कि माता-पिता की पारस्परिक बातचीत से और चिन्ता और क्लान्ति से ही उसने फिक्रो की कल्पना की होगी और स्वयं भी परेशान हो उठा होगा।

प्रश्नावली

1. किसी ऐसे बच्चे के बारे में बतलाइये जो किसी कारण से अपने माता-पिता के सहज स्नेह से वंचित हो गया हो। इसका बच्चे पर क्या असर हुआ और अन्त में वह स्थिति कैसे समाप्त हुई ? ('ड' और 'ई')
2. क्या किसी बच्चे में यह भावना होना जरूरी है कि उसके प्रत्येक कार्य को बड़ों की सहमति किसी-न-किसी रूप में प्राप्त हो ? ('अ' और 'आ')
3. क्या बड़ों को हमेशा अपने आदेशों के पालन किये जाने का आग्रह करना चाहिए ? ('अ' और 'आ')
4. किसी बच्चे को रेल के डिब्बे में यात्रा करते हुए कितनी स्वतंत्रता दी जानी चाहिए ? ('आ')
5. नासमझी की आज्ञाकारिता से बच्चे के विकास में कैसे बाधा पड़ जाती है ? क्या आकस्मिक खतरे के समय आज्ञाकारिता से कोई लाभ हो सकता है ? ('अ')
6. कोई ऐसी घटना बतलाइये जिसमें किसी बच्चे को गलत ढंग से शारीरिक दंड (बेंत या कोड़े से पीटा गया हो या साधारण ढंग से मारा गया हो) दिया गया हो। क्या उस दंड की वजह से बच्चा बड़ों की मर्जी के मुताबिक काम करने लगा या माता-पिता दण्ड देने के बाद यह भूल गये कि वे बच्चे से क्या चाहते थे ? लोग एक बार बच्चों को मारकर फिर उन्हें क्यों चुप कराते हैं ? ('अ' और 'आ')
7. किसी ऐसे बच्चे के बारे में बतलाइए जो सुरक्षा के लिए अपने माता-पिता के पास से कहीं दूर भेज दिया गया हो या जिसे लम्बे समय तक अपने माता-पिता से अलग रहना पड़ा हो या किसी सकीर्ण स्थान में रहना पड़ा हो। ऐसी अवस्था में क्या कठिनाई उत्पन्न हुई थी और वह कठिनाई स्थिति कैसे पैदा हुई ?

अध्याय-2

व्यवहार की समस्याएं

प्रस्तुत अध्याय में हम आजकल के उन माता-पिता की कुछ ऐसी कठिनाइयों पर विचार करेंगे जो पुराने लोगों की तरह अपने अभिभावकत्व की सफलता इस बात में नहीं मानते कि बच्चा तत्काल उनकी आज्ञाओं का पालन करे बल्कि जो बच्चे में सक्रियता, विचारशीलता और अच्छी मित्रता की भावना उत्पन्न कर देने में ही अपना उत्तीर्ण होना मानते हैं।

बहुत अंशों में आधुनिक माता-पिता का कार्य पुराने लोगों की अपेक्षा बड़ा कठिन है क्योंकि उनका स्वतंत्रता और सत्ता के बीच बच्चे के जीवन में सन्तुलन बनाये रखना है। बीते दिनों में ऐसी बात नहीं थी। माता-पिता के लिए इतना ही पर्याप्त था कि वे सत्ता के प्रति बच्चे की अधीनता मनवाये यानी उनसे आज्ञापालन करा ले।

आजकल की प्रगतिशील माता के लिए पुरानी माताओं की तुलना में बच्चे का सहज सहयोग और स्नेह प्राप्त कर लेना अपेक्षाकृत आसान है जिसकी वजह से माता और बच्चे दोनों के जीवन में पारस्परिक सम्बन्धों की ग्रंथि सदैवमहत्त्वपूर्ण बनी रहती है।

कुछ ऐसी भी माताएँ होती हैं जो पुरानी माताओं की तरह बच्चों को बल प्रयोग द्वारा धमकी और दड से आज्ञाकारी, विनीत और विनम्र बनाने की सोच में रहती हैं क्योंकि वे समझती हैं कि यही उन्हें करना चाहिए। लेकिन चारों तरफ बालस्वातंत्र्य की हवा से उन्हें ऐसा लगता है कि उनके साधन त्रुटिपूर्ण हैं। इससे उन्हें असंतोष होता है। ऐसी माताएँ अस्थिर होती हैं। एक बार तो वे एक कार्य करने पर बच्चे को बुरी तरह पीटती हैं और दूसरी बार वही कार्य किये जाने पर वे बच्चे से कुछ भी नहीं कहती और उसे तरह दे जाती हैं। बच्चे को ऐसे वातावरण में अपने ऊपर इस बात का कभी विश्वास नहीं हो पाता कि वह क्या करे और क्या न करे। कभी तो उसे बिल्कुल स्वतंत्र छोड़ दिया जाता है और कभी अकस्मात् वह स्वतंत्रता छीन ली जाती है और उसके बदले में बच्चे से पूर्ण आज्ञाकारिता की माग की जाती है।

यह बड़ी ही कठिन स्थिति है लेकिन इन दिनों ऐसी स्थिति अक्सर पायी जाती

है। यद्यपि बीती पीढ़ी की बातें अब नहीं रही हैं लेकिन यह स्थिति निश्चित रूप से उन्हीं दिनों की यादगार है। कुछ अनिश्चयी अभिभावकों के सम्बन्ध में ऐसा लगता है कि वे प्रगतिशील हैं। कुछ अभिभावक ऐसे भी मिलते हैं जो नयी बातों में विश्वास नहीं करते। लेकिन इन दोनों ही प्रकार के माता-पिता के बारे में वास्तविकता यह है कि उन्हें नये ढंग से बच्चों के साथ व्यवहार करके सफलता प्राप्त करने का अपने ऊपर विश्वास नहीं है। वे स्वयं अपने हृदय में स्वतंत्रता का स्पन्दन अनुभव नहीं करते और इसीलिए वह भावना से दूसरों को भी अनुभव नहीं करा पाते हैं।

इसमें सन्देह नहीं कि प्रत्येक बालक के जीवन में चाहे उसे कितने ही बुद्धिमान व्यक्ति का संरक्षण प्राप्त हो ऐसा समय कभी-न-कभी अवश्य आता है जब उसे कोई अप्रिय बात बर्दाश्त करनी पड़ती है या ऐसी बात करनी पड़ती है जो उसे अपने हित की दृष्टि से या अपने आसपास के लोगों के कल्याण की दृष्टि से नहीं करनी चाहिए। जब ऐसे मौकों पैदा हो जाते हैं तो बड़ों का काम अपेक्षाकृत आसान हो जाता है, शर्त यही है कि उन्हें बच्चों का विश्वास प्राप्त हो और वे उनका सहयोग प्राप्त कर सकें।

कुछ आधुनिक माता-पिता प्रत्येक अप्रिय चीज को खेल में बदल देते हैं। वे ऐसा इसलिए करते हैं कि उन्हें किसी कठिन स्थिति का सामना न करना पड़े। वे कभी-कभी ऐसा भी करते हैं कि जब कोई अप्रिय चीज हो रही होती है तो बच्चे का ध्यान उस तरफ से हटाकर किसी दूसरी तरफ लगा देते हैं। किसी अप्रिय चीज को खेल में बदल देना बहुधा कठिनाई के हल का बड़ा सरल साधन होता है और कभी-कभी ऐसा करना जरूरी भी होता है, विशेष रूप से दो-तीन वर्ष की अवस्था वाले बच्चे के मामले में। अप्रिय चीज को खेल में बदल देने की पद्धति निश्चयात्मक रूप से बच्चे के लिये बड़ी सहायताप्रद होती है क्योंकि उससे बच्चे का सहयोग भी मिल जाता है। बच्चे का ध्यान बटा देने का तरीका भी कभी-कभी बड़ा काम कर जाता है। इससे या तो कठिनाई पूरी तरह सुलझ जाती है या आंशिक रूप से। लेकिन यह तरकीब निश्चित रूप से कमजोरी की निशानी है। बच्चे और बड़े दोनों को ही ऐसी कठिनाइयों का सामना करने में सतोष होता है जिनको वे हल कर सकें। स्वस्थ व्यक्ति को कठिन-से-कठिन होने वाली गुत्थियों को सुलझाने में बड़ा आनन्द आता है और यदि कठिनाई उसके सामने ही आते लुप्त हो जाती है तो उसे कुछ खेद-सा होता है। दूसरे, यदि बच्चे के सामने कोई कठिनाई आने ही नहीं दी जायेगी तो बच्चा माता-पिता के संरक्षण में एक प्रकार का ऐसा जीवन व्यतीत करेगा जो बाह्य संसार की वास्तविकताओं से एकदम भिन्न होगा।

बच्चे को किसी भी ऐसी समस्या के सुलझाने में बड़ा आनन्द आता है जो उसके चेतन मस्तिष्क में घर किये होती है। यदि उस तरफ से बच्चे का ध्यान बराबर हटा दिया जाता रहेगा तो इस बात की पैदा हो जाती है कि क्रमशः बालक

की एकाग्रता की शक्ति का हास हो जाये।

यह बात तो प्रत्येक व्यक्ति स्वीकार करता है कि एकाग्रता की शक्ति बड़ा अमूल्य गुण है; लेकिन, दुर्भाग्यवश यही एक ऐसा गुण है जिसकी वजह से बड़ों को प्रतीत होता है कि बच्चा उनकी इच्छाओं के विपरीत कार्य कर रहा है। वे बच्चे को जैसा वह कर रहा होता है—वैसा न करने देकर बच्चे को हताश कर देते हैं और यह बात बच्चों और बड़ों के बीच बहुत-सी कठिनाइयाँ पैदा कर देती है। नतीजा यह होता है कि बड़ों की दुनिया के अनुकूल अपने आपको बनाने में बच्चे को बहुत-सी बाधाओं का सामना करना पड़ता है।

बड़ों को यदि यह बात याद रहे कि बच्चा हमेशा अपनी गति से ही आगे चलता है तो उन्हें बड़ी सहायता मिलेगी। बच्चा जैसे भी बहुत धीरे-धीरे कार्य करता है और उस समय तो उसकी कार्यगति और भी मन्द हो जाती है जब वह कोई नया काम करता है। कभी-कभी बड़ों को ऐसा भी प्रतीत हो सकता है कि कार्य सफलतापूर्वक समाप्त हो गया है लेकिन बच्चा बराबर उसी में जुटा हुआ है।

जब बच्चा यह अनुभव करता है कि उसके सामने आयी कठिनाई को दूर करने के लिए कोई बड़ा आ रहा है और उसे अपनी कठिनाई को अपने आप दूर नहीं करने दिया जायेगा तो वह अपने कार्य की दिशा को बदल देता है। जो बड़े लोग बच्चों को कठिनाई का सामना नहीं करने देते और बच्चों के सामने कोई भी दिक्कत आते ही खिलौना दे देते हैं या उसे किसी नये खेल में व्यस्त करा देते हैं—वे यह समझते हैं कि ऐसा करने से वे बच्चों को रोने या मचलने से रोक सकेंगे या कोई कठिन कार्य आसानी से जल्दी और अच्छे ढंग से करा सकेंगे। ऐसे स्थल पर बड़े लोग यह अनुभव नहीं करते कि बच्चा दस में से नौ बार सुझाव के अनुसार कार्य करने में तब तक कोई आपत्ति नहीं करता जब तक किसी प्रकार वह यह न समझ जाये कि बड़े उससे आपत्ति करने, हिचकिचाने या रोने-मचलने की भी आशा करते हैं।

यदि माता-पिता अत्यन्त शान्ति और धैर्यपूर्वक बच्चों को अपने सुझावों के अनुसार काम करने का पर्याप्त समय दें तो बड़ों और बच्चों के बीच बहुत-सी कठिनाइयाँ उत्पन्न ही नहीं होंगी। बच्चों के सम्बन्ध में अपने सुझावों के अनुसार कार्य करने का दृढ़ विश्वास बड़ों को कार्यव्यस्त बच्चों को ऐसे अबुद्धिमत्तापूर्ण सुझाव देने से रोकेंगा जिनसे कोई सहायता न मिले तथा अनावश्यक कठिनाइयाँ पैदा हो जाये तथा बच्चा काम करने में असफल हो जाये। इसके साथ ही यह विश्वास बच्चों के विकास के लिए एक स्थायी आधारशिला भी सिद्ध होगा।

यह बहुत महत्वपूर्ण बात है। बच्चे ऐसे वातावरण को नहीं पसन्द करते जिसमें वे जो चाहें वह कर सकें। वे नियमित, व्यवस्थित और अचंचल वातावरण में अधिक प्रसन्न रहते हैं यदि बच्चों को चंचल वातावरण में रहना पड़ता है तो उनमें एक प्रकार

की ऐसी भावना उत्पन्न हो जाती है जिससे लगता है कि उन्हें कोई अभाव महसूस हो रहा है। वह इस भावना के फलस्वरूप जब वे दूसरों के साथ व्यवहार करते हैं तो उनके उस व्यवहार से कुछ सख्ती-सी प्रकट होती है। आधुनिक माता-पिता अपने बाल्यकाल के कठोर अनुशासन के वातावरण से बच्चों को बचाने की फिक्र में कभी-कभी विपरीत दिशा में चले जाते हैं। वे अक्सर बच्चे को ऐसे मौकों पर एकदम स्वतंत्र छोड़ देते हैं जहाँ उसका अनुभव सीमित होता है। परिणाम यह होता है कि बच्चा कोई निर्णय नहीं कर पाता।

कभी-कभी वे बच्चे के साथ मित्रता की भावना स्थापित करने के लिए बच्चों के साथ बड़ों की भाँति व्यवहार करने लगते हैं और हर बात में बच्चे से सलाह करते हैं। ऐसे स्थल पर यह याद रखने की बात है कि जहाँ बच्चे का सम्मान और उसके साथ समानता का व्यवहार करना जरूरी है वहीं यह भी जरूरी है कि बच्चों को सहानुभूतिपूर्ण ढंग से आगे का रास्ता दिखलाया जाये। यह कार्य केवल बड़ा ही कर सकता है। बच्चा बड़ों की कोई जिम्मेदारी नहीं ले सकता—इसलिए बड़ों के विशेषाधिकार भी उसे नहीं दिये जाने चाहिए। यदि बड़ों और बच्चों के बीच बिल्कुल समानता स्थापित हो जाती है और दोनों एक-दूसरे के उत्तरदायित्वों से बिल्कुल परिचित हो जाते हैं तो बच्चे को विकास के लिए अधिक प्रेरणा नहीं मिलेगी और न वह इस बात के लिए ही इच्छुक हो सकेगा कि बड़ा होकर क्रमशः वह भी उन जिम्मेदारियों को सभाले जो उसके बड़े सभालते हैं।

कुछ माता-पिता अपने बचपन के उन दिनों को याद करते हैं जिन दिनों उनको कोई महत्त्व ही नहीं दिया जाता था जिससे वे अपने को बड़ा हीन अनुभव करते थे। यह हीनता की भावना कहीं उनके बच्चों में भी पैदा न हो जाये इसे दूर करने के लिए वे बच्चों को इतना अधिक महत्त्व देते हैं कि उनका सारा घर ही बच्चों की आज्ञाओं के अनुसार चलता प्रतीत होता है। माता-पिता का यह सोचना बिल्कुल उचित और स्वाभाविक है कि वह बच्चों के लिए जो कुछ भी अच्छे-से-अच्छा कर सकते हैं—कर, लेकिन उन्हें यह भी देखना चाहिए कि कौन-सी बात से बच्चे का हित होगा और कौन-सी बात से अहित। बच्चे की तरफ यदि कुछ विशेष ध्यान दिया जाये तो निस्सन्देह यह बड़ा ही अच्छा है, लेकिन यह भी बहुत आवश्यक है कि बच्चा धीरे-धीरे अपने को बड़ों की दुनिया के अनुकूल बनाना सीखे। अतएव, यह बहुत जरूरी है कि बच्चा जिस दुनिया में रहता हो वह छोटी-सी होते हुए भी नियमित और व्यवस्थित हो और उसमें बच्चे को अपने विकास का पर्याप्त अवसर मिले। इसके साथ ही बच्चे को कठिनाइयों का सामना करने का अवसर भी मिलना चाहिए जिससे उसे जब वास्तविक जीवन में कठिनाइयों का सामना करना पड़े तो वह उनका अभ्यस्त प्रतीत हो।

बच्चे को जब कोई निर्देश दिया जाये तो यह समझा देना लाभदायी होता है कि उसके अनुसार आचरण करना क्यों जरूरी है। बच्चे को समझा देने का फल यह होगा कि वह यह नहीं समझेगा कि उससे बड़े की इच्छा का अधानुकरण करने के लिये कहा जा रहा है बल्कि वह समझेगा कि उससे एक ऐसे नियम को पालन करने के लिये कहा जा रहा है जिसे वह भी समझता है।

ऐसे में जब कोई कठिनाई पैदा हो और कभी-न-कभी कठिनाई अवश्य पैदा होगी खासतौर से बीमारी में या ऐसे समय में अब बच्चा या माता-पिता में से कोई थका हो—तो यह बहुत जरूरी है कि बच्चा उस कठिनाई को अपनी इच्छा और बड़ों की इच्छा का संघर्ष न समझे। बच्चे को यह समझाना चाहिए कि उससे एक ऐसे नियम का पालन करने के लिये कहा जा रहा है जिसके विपरीत आचरण करने पर उसे अवश्य ही तकलीफ होगी क्योंकि नियम व्यक्तियों का कोई लिहाज नहीं करता है। बच्चे को यह भी बतला देना चाहिए कि जब किसी नियम के अनुसार बच्चे से आचरण करने के लिये कहा जाता है तो उसका अर्थ बड़ों की इच्छा के अनुसार काम करने का नहीं होता है। यह परिणाम प्राप्त करने के लिये यह बहुत जरूरी है कि माता या पिता के किसी व्यवहार से यह न प्रकट हो पाये कि वह व्यक्तिगत रूप से बच्चे की इच्छा का विरोधी है।

उपर्युक्त दृष्टिकोण से प्रत्येक कठिनाई का सामना किया जाना चाहिए और उक्त भावना से ही सामने आने वाली समस्याओं को सुलझाने के सभस्त प्रयत्न किये जाने चाहिए। यदि ऐसा किया जाता है तो कभी-कभी अपेक्षाकृत अल्प लाभदायी साधनों के उपयोग से भी बच्चे के विकास में कोई गंभीर बाधा नहीं पड़ेगी।

कल्पनाशील बालक बहुधा ऐसी दुनिया में रहने लगते हैं, यदि उन्हें ऐसा करने से रोका न जाये तो, हानि होने की संभावना है। बच्चे पर घर में बहुत अधिक ध्यान दिये जाने से बच्चों और बड़ों दोनों की बहुत-सी शक्ति और बहुत-सा समय व्यर्थ में ही नष्ट हो जाता है। दैनिक कार्यों में जहां तक संभव हो एक ही निश्चित क्रम से बच्चे का काम न करना बुद्धिमत्तापूर्ण होता है। ऐसा करने से यदि थोड़े समय के लिये किसी अन्य व्यक्ति को भी बच्चे की देखभाल करनी पड़ जाये तो उसे वह अखरता नहीं है। बच्चे के सारे काम एक ही निश्चित क्रम और ढंग से ऐसे घरों में अक्सर होते हैं जिनमें बच्चा ही सारे घर के आकर्षण का केन्द्र होता है। बच्चों में यह भावना कि उनका काम नित्य एक ढंग से हो—इस बात के ज्ञान से और भी अधिक बढ जाता है कि उनके माता-पिता ही एकमात्र ऐसे लोग हैं जो उनके नहाने, धोने, भोजन और टहलाने का ठीक-ठीक ध्यान रख सकते हैं।

माता-पिता या अभिभावकों के लिये अपने बच्चों को बड़ा होने देना बड़ा कठिन होता है। उन्हें बच्चों की बाल लीलाएँ बहुत आकर्षक लगती हैं और उन्हें यह

भी बड़ा मधुर प्रतीत होता है कि बच्चा उन पर निर्भर करता है। लेकिन किसी भ्रं बुद्धिमान माता-पिता को बच्चे की बढ़वार में बाधा नहीं डालनी चाहिए और - उसकी बचपन की बातों को आयु बढ़ने पर भी बने रहने के लिये प्रोत्साहित करना चाहिए। साथ ही इस बात का भी ध्यान रखना चाहिए कि बच्चा बहुत अधिक उन पर निर्भर भी न करे।

बच्चे को बहुत अधिक अपने ऊपर निर्भर बने रहने देने का परिणाम यह होता है कि वह माता-पिता से बहुत अधिक चिपका रहता है और अभिभावकों की समस्याएं तथा कठिनाइयां बच्चे के विकास को अवरुद्ध करती हैं। माता-पिता के बहुत अधिक निकट रहने का फल यह होगा कि बच्चा अपने आप कोई निर्णय कभी भी नहीं कर पायेगा और वह हर बात में माता-पिता की सलाह लेगा और अपनी कठिनाई दूर किये जाने के लिए उनका मुह ताकेगा। आगे चलकर उसमें यह भावना भी पैदा हो सकती है कि उसके अपने माता-पिता को छोड़कर अन्य कोई व्यक्ति उसकी समस्याओं को सुलझा ही नहीं सकता है।

निस्संदेह बहुत-से माता-पिता और कुछ अध्यापक अपने बच्चों की आवश्यकता से अधिक चिन्ता करते हैं। उन्हें हमेशा यही भय रहता है कि उनका बच्चा हो सकता है अच्छा व्यवहार न करे, या हो सकता है उन्हें दुखी करे, या शायद कहीं गिर पड़े आदि। इन सब दुश्चिन्ताओं की वजह से वे कभी-कभी ऐसे कार्य कर बैठते हैं जिनसे बच्चा ठीक वही काम करने लगता है जिन्हें वे नहीं चाहते। यदि अभिभावक और अध्यापक बच्चों का थोड़ा-सा अधिक विश्वास करने लगे, अपने ऊपर तथा दूसरों पर थोड़ा और अधिक विश्वास पैदा कर ले तो उन्हें कठिनाइयों, दुखों और दुर्घटनाओं की अधिक चिन्ता नहीं करनी पड़ेगी और इस प्रकार बहुत-से ऐसे कारण स्वतः दूर हो जायेंगे जिनसे उन्हें क्लेश हो सकता होगा।

मैं अपने अनुभव से नीचे कुछ ऐसे दृष्टान्तों का उल्लेख कर रही हूँ जिनसे उन कठिनाइयों का परिचय मिलता है जिनका सामना सत्ता और स्वतंत्रता के बीच का मार्ग अनुसरण करने वाले माता-पिता या अभिभावकों को करना पड़ता है। कभी-कभी बच्चों को जो अप्रिय सुझाव दे दिये जाते हैं या उनमें किसी वजह से गलतफहमी पैदा हो जाती है इन सब दृष्टान्तों का विशेष रूप से उल्लेख किया गया है। इनसे यह पता चलता है कि बड़ों के अपने ऊपर विश्वास न होने के कारण बच्चे पर कितना प्रतिकूल असर पड़ता है और फिर अधिकार और आग्रह ये दोनों चीजें एक बार गलत सुझाव दे देने पर कितनी शक्तिहीन सिद्ध होती हैं।

(अ) दीपिका द्वारा मछली के तेल पीने का विरोध

दीपिका 7 वर्ष की बालिका थी। वह कई वर्षों से लगातार बिना कोई कठिनाई

पैदा किये मछली का तेल पीती चली जा रही थी, वस्तुतः वह उस तेल के पीने की इतनी आदी हो गयी थी कि यदि उसकी मां कभी उसे तेल पिलाना भूल-सी जाती तो वह स्वयं याद दिला देती थी। एक दिन अकस्मात् दीपिका ने कोई ऐसी बात सुनी जो उसे नहीं सुननी चाहिए थी। बस, उसका रुख सहसा बदल गया। उसने मछली का तेल पीने से साफ इन्कार कर दिया। दीपिका ने अपनी मां को पिता से बगल वाले कमरे में यह कहते सुन लिया था कि 'मैं नहीं जानती दीपिका कैसे मछली का तेल इतनी खुशी से पी जाती है। मैं तो उसकी एक बूढ़ भी नहीं पी सकती। उस तेल की गंध से ही मेरी तो तबीयत बिगड़ जाती है।' इस बात से सम्भवतः बालिका को यह संकेत मिल गया कि उसकी मां को तेल से होने वाले लाभ में विश्वास नहीं है।

इसके बाद दीपिका से मछली का तेल पीने के लिए बहुत कहा गया और उसे समझाया भी गया कि यद्यपि उसकी मां का ख्याल वही था जो उसने सुना था लेकिन वह उसकी मां की अपनी राय है और इस सम्बन्ध में लोगो की राय बहुत भिन्न-भिन्न है। बालिका को यह भी याद दिलाया गया कि वह अब तक बड़े प्रेम से मछली का तेल पीती आयी है। इसके बाद दीपिका ने तेल पीने की कोशिश की। लेकिन पीते समय उसने अपना मन इतना बिगाड़ा कि माता-पिता ने इसी में बच्ची की भलाई समझी कि वह तेल न पिये।

(आ) विभा का बचपना

जब विभा केवल 4 वर्ष की बालिका थी—तब उसकी मां ने एक बार कहा था, 'मैं यह कल्पना भी नहीं कर सकती कि विभा बड़ी हो जाये और अपनी बाल-सुलभ आकर्षक आदतों को भूल जाये। ये 'बालसुलभ आकर्षक' बातें क्या थीं ? ये थी उसके बोलने की कुछ त्रुटियाँ। उदाहरण के लिये 'स' को 'श' कहती थी, 'ऊ' की जगह 'ओ' कहती थी और 'था' की जगह 'थे' कहती थी। वह मां के प्रति सहज स्नेहपूर्ण निर्भरता भी दिखलाती थी।

4 वर्ष की आयु में ही वह अजनबियों से बहुत शर्माती थी—खासतौर से उन आदमियों से जिनसे वह भली-भाँति परिचित न होती थी। वह नये या अपरिचित आदमियों को देखते ही मां के पास दौड़ जाती और मां के कपड़ों में अपना मुँह छिपा लेती। यह विभा की ऐसी आदत थी जो उसकी मां को बड़ी आकर्षक लगती थी। मां ने विभा की यह आदत उस समय भी नहीं छोड़ी जब उसे यह बात अपने आप छोड़ देनी चाहिए थी। विभा ने अपने आप यह आदत इसलिये नहीं छोड़ी कि वह अपनी मां के मुँह से अक्सर सुनती थी, 'विभा बड़ी ही शर्मीली है। जहाँ उसने कोई अपरिचित आता देखा कि वह तुरन्त मेरे पास दौड़ आती है।' या, 'विभा बेटी, आ

तू अपनी मा के पास आ जा। तू तो हमेशा नये आदमियों से शर्माती है और सदा अपनी मा के पास ही खुश रहती है।’

विभा को हमेशा एक-से कपड़े एक ही ढंग से पहनाये जाते थे। उसे कपड़े पहनाने का काम भी सदा उसकी मां ही करती थी। विभा शायद आगे चलकर अपने आप ही कपड़े पहनने लगती लेकिन अपने आप कपड़े पहनने की जो आदत क्रमशः डाली जानी चाहिए थी वह नहीं डाली गयी थी। उसकी मा उसकी कपड़े न पहन सकने की अयोग्यता से उसे छोटी बच्ची ही समझती थी और वह इसके प्रतिकूल उसे कुछ करने भी नहीं देना चाहती थी।

6 वर्ष की हो जाने पर भी विभा को ठीक से अपने कपड़े पहनने की आदत नहीं पडी थी। उसकी मां तब तक पहले से अधिक कार्य में व्यस्त रहने लगी थी। इसलिये वह उसकी तरफ अधिक ध्यान नहीं दे पाती थी। यदि विभा अपने कपड़े अपने-आप पहनने लगती तो इससे उसे प्रसन्नता ही होती। वह कभी उलटा कपड़ा पहन लेती तो कभी आगे का हिस्सा पीछे और पीछे का आगे कर लेती और जब उससे गलती सुधारने के लिये कहा जाता तो वह त्रुटि दूर करने को तनिक भी चेष्टा न करती।

सच तो यह है कि 6 वर्ष की आयु हो जाने पर भी विभा 4 वर्ष की बालिका ही बनी हुई थी और अपने को सुधारने की कोई चेष्टा नहीं करती थी। ऐसा लगता था कि उसे शिशु की अवस्था में ही बना रहना पसन्द था। हालांकि वह अन्य बालको की तुलना में किसी से योग्यता में कम न थी। उसमें जो कुछ भी खराबी थी—वह माता के व्यवहार के कारण थी। विभा में स्वतः कोई खराबी नहीं थी। यदि उसकी मा ने विवेक से काम लिया होता तो वह यह त्रुटि दूर कर सकती थी।

(इ) साफ दीवाल पर उमेश की लिखने की आदत

उमेश की आयु सवा दो वर्ष की थी। एक दिन उसने देखा कि कुछ मजदूर बैठक की सफाई करने में लगे हैं और दीवाली पर कागज चढ़ा रहे हैं। मजदूर जब तक अपने काम में लगे रहे उमेश बड़ी उत्सुकता से उनके इस काम को देखता रहा। उसने मजदूरों को इसके पहले दीवाली पर कागज चढ़ाते कभी नहीं देखा था। इसलिये उसे मजदूरों को यह काम करते देखकर बड़ी उत्सन्न हो रही थी। मां की बातों से उसने यह समझा था कि कागज भी दीवाल का ही एक भाग है। वह यह नहीं जानता था कि कागज को बदला कैसे जा सकता है।

पहले उसने वह कागज छूकर देखा जो गोलो के रूप में लिपटा हुआ रखा था। इसके बाद उसने दीवाल को छुआ जो बिना कागज चढ़ी थी। कागज छूने के बाद उसने कहा ‘क्यों यह तो कागज है’ उसके कहने के स्वर से ऐसा लगता था जैसे

उसने कोई बहुत बड़ी खोज कर ली हो। इसके बाद दीवाल छूने के बाद बोला, 'क्या यही दीवाल है, मा ?'

शीघ्र ही उमेश की नयी खोज संबन्धी रुचि का पता लग गया। दीवाल पर कागज चढ़ जाने के बाद जैसे ही पहली बार उमेश को कमरे में अकेले रहने का मौका मिला उसने लाल रंग से पूरी दीवाल के कागज पर, जहां तक वह पहुंच सकता था, निशान लगा दिये। इसके बाद दौड़कर अपनी मा को बुला लाया और कहने लगा कि अब दीवाल कितनी सुन्दर लगती है। दीवाल पर चढ़े नये कागज की यह दुर्दशा देखकर मा घबरा गयी। उसे बड़ा आश्चर्य भी हुआ। मां का ख्याल था कि उमेश बहुत पहले यह समझ गया है कि उसे दीवाल को गन्दा करने की इजाजत नहीं है।

अपनी मा को भयभीत और परेशान देखने पर उमेश का उत्साह उड़ गया। उसकी आंखों में आसू भर आये और वह बोला, 'मैं तो ऐसा केवल कागज को सुन्दर बनाने के लिये किया था।' उमेश की मां ने कहा, 'लेकिन तुम तो यह जानते हो कि दीवाल पर नहीं लिखना चाहिए। जानते हो न ?' उमेश ने इसका उत्तर यह दिया कि 'मैंने दीवाल पर थोड़े ही लिखा था। मैंने तो कागज पर लिखा था और कागज तो लिखने के लिए ही होता है, मा।'

उमेश ने जो गलती की थी कि इसका कारण तो यह था कि जो कागजदीवाल पर चढ़ाया गया था—वह एकदम सफेद था। वह पहले की भांति रमीन न था।

उमेश की मां को अपने बच्चे को यह समझाने में कुछ समय लगा कि दीवाल का कागज अलग होता है और लिखने का अलग।

(इ) बीमारी में शीला का व्यवहार

शीला जब 5 वर्ष की थी तो एक बार बीमार पड़ गयी और कई सप्ताह उसे बिस्तर पर पड़े रहना पड़ा। वह इस बात की आदी हो गयी थी कि बड़े उसकी तरफ पूरा-पूरा ध्यान दे और उसे ऐसे कोई उपहार भी दिये गये थे जिनकी वजह से उसका जी बहला रहे और समय आसानी से कट जाये। उसे प्रायः वे सब चीजें मिल जाती थी जिनकी वह इच्छा करती थी। इसका नतीजा यह हुआ कि वह दैनिक कर्म भी तभी करती जब वे खेल के रूप में उससे कराये जाते। वह चाहती थी कि हर काम उसकी इच्छा के अनुसार ही हो। उसकी यह आदत क्रमशः पुरानी ही पड़ती चली गयी। इसका एक कारण तो यह था कि वह बहुत बीमार थी और दूसरा कारण यह था कि शीला के मा-बाप उसके कल्याण और सुख की बड़ी ही फिक्र रखते थे। लेकिन यहां सबसे दिलचस्प बात यह हुई कि शीला बराबर दुखी रहने लगी और उसका मिजाज अधिकाधिक बिगड़ने लगा। उसे अपने पुराने खिलौने से खेलने में मजा न आता किसी खेल में भी उसका मन न लगता वह बराबर एक के बाद

दूसरा खिलौना चाहती। वह यह भी मांग करती कि बड़ों में से कोई-न-कोई उसके पास बराबर बना रहे। उसका ऐसा मिजाज हो जाने का आंशिक कारण तो उसकी बीमारी थी लेकिन यही एक कारण नहीं था। दूसरे कारण यह थे कि उसके माता-पिता ने बालिका के मार्ग की सारी कठिनाइयां हटा दी थीं और उसकी हर अप्रिय चीज को खेल में बदल दिया था और वह कठिनाइयों को सोच न सके इसलिये उसे खिलौने दे-देकर बराबर बहलाया जाता रहा था। उसके मा-बाप ने शीला की परेशानी इस बात से और भी बढ़ा दी थी कि घर के सब बड़े लोग उसकी सेवा में हैं और वह जो चाहे अपनी आज्ञानुसार उनसे करा सकती है।

लेकिन जब मां-बाप ने देखा कि शीला किसी तरह काबू में ही नहीं आती है तो उन्होंने उसके साथ पहले की भांति ही व्यवहार करना शुरू कर दिया। उन्होंने क्रमशः उसे अपनी कठिनाइयां अपने आप सुलझाने के लिये छोड़ दिया, नये खिलौने देने भी कम कर दिये और यह दिखलाना शुरू कर दिया कि वे आशा करते हैं कि शीला अपने नित्य कर्म अपने आप बिना किसी हठ के करेगी और उन्होंने नये-नये वायदे करने छोड़ दिये।

इसकी प्रतिक्रिया बड़ी अच्छी हुई। शीला का रोना छूट गया। मिजाज को बिगाड़ना भी वह भूल गयी। उसने क्रमशः चंचलता छोड़ दी। अपने आपको सयमित करने और वातावरण के अनुकूल बना लेने की आवश्यकता भी समझ ली। इससे वह कालान्तर में अधिक प्रसन्न भी रहने लगी। शान्त रहने की भावना ने शीला के स्वस्थ होने में भी मदद की। उसकी जीवनीशक्ति भी बढ़ी और सामान्य जीवन बिताने की इच्छा भी उसमें उत्पन्न हो गयी।

(उ) ड्रामा स्टॉप पर बड़ों के पीछे जाना

सुमन की आयु 6 वर्ष की थी। उसकी मीरा नाम की 9 वर्ष की एक बहन भी थी। सुमन वह सब काम करने के लिये लालायित रहती थी जो मीरा को करने दिया जाता था। लेकिन कभी-कभी आयु के अन्तर के कारण सुमन को वह काम नहीं करने दिया जाता था जो मीरा करती थी। एक बार बच्चों की चाची आयीं और उनके मनोरंजन की तैयारियां की गयीं। यह तय हुआ कि मां और चाची एक दिन सामान खरीदने बाजार जायें और यह भी कहा गया कि यदि मीरा चाहे तो वह भी उनके साथ चले। मीरा बड़ी खुशी से उनके साथ बाजार जाने को तैयार हो गयी। मीरा से कह दिया गया कि यदि उसे बाजार जाना हो तो वह बाहर जाने के सम्बन्ध में सुमन को कुछ भी नहीं बतलाये।

जब वे लोग तैयार हो गये तो सबके-सब चुपचाप सामने के दरवाजे से सुमन से बिना कुछ कहे-सुने ड्रामा स्टॉप की तरफ चल दिये। सुमन उस समय बाग में खेल

शिक्षा एवं विकास कैसे ?



ज.दी.प.

रही थी। मा, चाची और मीरा के जाते ही सुमन घर में गयी, नौकरानी से उसे पता चला कि उसकी अनुपस्थिति में क्या हो गया। वह तुरन्त ही बाग के फाटक से निकलकर ट्राम स्टॉप की तरफ भागी। वह उस सड़क से नहीं गयी जिससे वे लोग गये थे बल्कि सुमन ने समानान्तर जाने वाली सड़क पकड़ ली जिससे उसे ट्राम स्टॉप पहुंचने से पहले कोई भी न देख सके।

वह रास्ते भर दौडती गयी। सब लोगो के साथ ही वह भी ट्राम स्टॉप पर पहुंची। वह अपने खेलने के कपडे ही पहने थी। उसके पास न चुन्नी थी और न दुपट्टा। उसे वहा देखकर मा उस पर बड़ी अप्रसन्न हुई और उससे मा ने कहा कि वह तुरन्त घर वापस लौट जाये। सुमन ने घर लौटने से इन्कार कर दिया। सुमन को पहले तो समझाया गया। फिर डराया और धमकाया भी गया। आग्रह भी किया गया लेकिन वह नहीं मानी। वह जोर-जोर से रो रही थी और एक तरफ तो यह विनय कर रही थी कि उसे भी साथ ले चला जाये और दूसरी तरफ यह भी कहती थी कि वह उनके साथ अवश्य जायेगी चाहे वह उसे ले जाये या न ले जायें। यह दृश्य देख बहुत-से लोगो का ध्यान उस तरफ आकृष्ट हुआ। मा को लगा कि यह सुमन को सन्तोषजनक ढंग से सभाल नहीं सकती है।

आखिरकार मा को फैसला करना पडा कि सब लोग घर वापस लौटे। जब सब लोग घर वापस लौट आये तो सुमन को उसकी मा ने खूब पीटा। लेकिन इसके बाद भी चूँकि सुमन जिद करती रही कि वह बाजार अवश्य जायेगी। इसलिये उसे कपडे पहनाने के पूर्व खूब नहलाया-धुलाया गया और साथ ले जाया गया। लेकिन इसमें सुबह का काफी समय नष्ट हो गया और बाजार जाने का मजा प्राय सबके लिये किरकिरा हो गया।

यदि मां ने जाने के पहले ही सुमन को अपनी योजना बतला दी होती और सुमन के मनोरजन के लिये घर पर कुछ विशेष व्यवस्था कर दी होती तो बहुत संभव था कि सुमन मान जाती क्योंकि वह स्वभावतः जिद्दी नहीं थी। यदि उससे कह दिया जाता कि उसे अगले किसी दिन ले चला जायेगा तो भी वह बात मान लेती। लेकिन जिन परिस्थितियों में उसे पता चला उनको देखते हुए कोई आश्चर्य नहीं था कि वह अपने आपको बहुत आहत अनुभव करती और हठ करती। उस पर इस घटना का जो बुरा प्रभाव पड़ा था उसे दूर करने के लिये कई सुखदायी अनुभवो की आवश्यकता पडी होगी। काफी समय तक वह अपनी मा पर अविश्वास करती रही होगी।

इस दृष्टान्त में सबसे दिलचस्प बात यह है कि मारपीट, आग्रह, डराने-धमकाने आदि का कोई परिणाम नहीं हुआ और अन्त में जीत बालिका की ही हुई क्योंकि वह बाजार गयी इस प्रकार की कठिनाइयों के सबध में हमेशा रहना चाहिए क्योंकि इनके परिणाम हर दृष्टि से होते हैं

(ऊ) दादी की देखभाल में 5 वर्ष के जुड़वां बच्चे

राम और श्याम दोनों जुड़वा पैदा हुए थे। इनकी आयु 5 वर्ष की थी। इस बीच इनकी वैज्ञानिक रूप से बराबर चिकित्सा होती रही। उनके माता-पिता ने उचित भोजन, विश्राम, खेल आदि की ऐसी व्यवस्था की थी जिससे दोनों बच्चों के स्वस्थ विकास के लिये वातावरण मिलता रहे। उनको यह भी ज्ञात था कि बच्चो को खुली हवा मिलनी चाहिए। उन्होने बच्चो को इस बात की सुविधा दी थी कि वे एकाग्रतापूर्वक खेल सकें। बच्चों के खेल में अनावश्यक रूप से हस्तक्षेप भी नहीं करते थे। हां, वह कौन-सा खेल कितने समय खेले—इसकी योजना बनाने में अवश्य सहायता कर देते थे। दोनों बच्चे काफी प्रसन्न रहते थे और घण्टों बिना बड़ों की देखभाल की जरूरत महसूस किये खेलते रहते थे।

राम और श्याम दोनों को ही अपने माता-पिता के अलावा अन्य किसी की देखभाल में रहने की पहले कभी न जरूरत पड़ी थी और न वैसा कोई अवसर ही प्राप्त हुआ था। अकस्मात् बच्चो की मा बीमार पड़ गयी और ऑपरेशन हुआ। ऐसी अवस्था में माता और पिता दोनों को ही राम तथा श्याम की चिन्ता होना स्वाभाविक था। दोनों ने यह तय किया कि बच्चो की दादी को देखभाल के लिये बुला लिया जाये। उन्हे आशा थी कि मा के अच्छी होने तक बच्चों को उनकी दादी संभाल लेगी।

दादी को बच्चों से बड़ा प्रेम था। उन्हें बच्चों को संभालने का कुछ स्वाभाविक अभ्यास था। फिर भी उन्हें बच्चो की देखभाल करने के आधुनिक तरीकों का ज्ञान नहीं था। माता-पिता को भय था कि दादी के आने से शायद बच्चो के दैनिक कार्य में कुछ बाधा पड़े। लेकिन दूसरा कोई रास्ता भी न था। फलतः दादी ने आकर बच्चों की देखभाल का काम संभाल लिया।

कोई भूल न हो इसलिए बच्चो सम्बन्धी हर एक बात मां ने अस्पताल जाने के पूर्व दादी को बतला दी। पिता भी यह देखते रहते थे कि निर्दिष्ट व्यवस्था में कोई अन्तर न पड़ने पाये। यदि ऐसा होता था तो संकेत कर देते थे। मा अस्पताल से प्रतिदिन यह खबर भेजती रहती थी कि किस बच्चे के लिए दिन में क्या किया जाना चाहिए। नतीजा यह हुआ कि छोटी-छोटी बातों को भी बहुत अधिक महत्त्व दिया जाने लगा। और अपनी गलतियां निकाले जाने के कारण दादी का आत्मविश्वास कम हो गया और हीनता की भावना आ गयी।

राम और श्याम को जल्दी ही यह पता चल गया कि उनके पिता उनके लिए होने वाले हर काम पर बहुत अधिक ध्यान देते हैं। इसलिए यदि कोई भी बात पहले की तरह न होती तो वे तुरन्त उसकी शिकायत अपने पिता से करते जब इन

शिकायतों पर गंभीरतापूर्वक ध्यान दिया जाने लगा और दादी से कहा जाने लगा कि वह सब काम पहले की ही तरह करें तो दोनो बच्चे और भी शेर हो गये। वे नित नयी सुविधाएं मागने लगे। यदि वे उन्हें न मिलतीं तो वे अपने पिता से शिकायत करते और पिता बच्चों की प्रसन्नता का ध्यान रखते हुए कह देते कि बच्चे जैसा कहे वैसा ही दिया जाये। उन्हें लगता कि ऐसा करने से बच्चे पहले की तरह ही प्रसन्न रह सकेंगे।

नतीजा यह हुआ कि दादी को राम और श्याम जैसा चाहते वैसा नचाते। वे जो कुछ भी कह देते पिता उसको सच मान लेते और दादी से पूछते भी नहीं कि बात क्या है ? ऐसी अस्वाभाविक अवस्था में दादी का बच्चों के लिए जो स्वाभाविक प्रेम था और उनमें बच्चों की साज-सभाल की जो नैसर्गिक योग्यता थी उसका वे पूरी तरह उपयोग न कर पातीं।

दादी की सारी कठिनाइयों के बावजूद बच्चे दादी को बहुत अधिक चाहने लगे। पिता को बच्चों के प्रति दादी और दादी के प्रति बच्चों का स्नेह देखकर कुछ कुढ़न-सी होने लगी। मां जैसे ही अस्पताल से वापस लौटी वह बच्चों सम्बन्धी हर बात का फैसला स्वयं करने की उत्सुकता दिखलाने लगी और चाहने लगी कि बच्चों के लिए जो कुछ भी हो उससे पूछकर हो। मा ने आशा की कि ऐसा करने से वह बच्चों को अधिक सुखी रख सकेगी। लेकिन मा का यह प्रयत्न व्यर्थ गया क्योंकि मा के निर्देशों के अनुसार भी काम तो दादी ही करती थीं और मा-बाप का बच्चों की दादी पर जो अविश्वास था उससे वे बच्चों को संभालने के अपने काम अपने आपको अपाहिज-सा अनुभव करने लगी थी। फल यह हुआ कि बच्चे नासमझी करने लगे और समय-समय पर ऐसे हठ करने लगे जो पूरे नहीं किये जा सकते थे। वे न केवल अपनी दादी के लिए ही समस्या बन गये बल्कि अब माता और पिता दोनो के लिए समस्या हो गये।

मा फिर बीमार पड़ गई। दोबारा बीमार पड़ने का मुख्य कारण बच्चों की फिक्र ही था। डॉक्टरों ने आज्ञा दे दी कि बच्चों को बिल्कुल दादी के ही सुपुर्द कर दिया जाये। इस बार पिता को मा की बहुत अधिक देखभाल करनी पड़ी और अक्सर रात में बहुत देर तक काम करना पड़ता। इसलिए इस बार उन्होंने भी पहले की तरह राम और श्याम की तरफ कोई ध्यान नहीं दिया। इस प्रकार दादी पर से जब सारा दबाव हट गया तो उनमें बच्चों की देखभाल का स्वाभाविक विश्वास पुन जाग उठा और वे बच्चों की साज-सभाल बड़ी बुद्धिमानी से करने लगी। राम और श्याम को भी विश्वास होकर दादी की ही बातें माननी पड़ीं क्योंकि उनकी शिकायतें सुनने वाला कोई रह नहीं गया था। कुछ दिनों के बाद बच्चे समझदार हो गये। उनकी जिद की आदत छूट गयी और एक बार वे पुन सबकी प्रसन्नता के स्रोत बन गये।

(ए) सीमा का आगुन्तकों के साथ व्यवहार

सीमा की आयु 5 वर्ष की थी। वह गांव में अत्यन्त शान्त जीवन बिताने की आदी थी। वह आगुन्तुको के सामने बहुत लजाती थी। उसके माता-पिता ने उसका यह सकोच दूर करने की बड़ी चेष्टा की लेकिन उन्हें अधिक सफलता नहीं मिली। जब उसकी तरफ बहुत अधिक ध्यान जाता तो वह उत्तेजित हो उठती और उसको सभालना मुश्किल हो जाता। कभी-कभी वह अपरिचितों द्वारा अपने खेल में बाधा डाले जाने से ऊब जाती और उनसे अशिष्ट व्यवहार भी कर बैठती।

माता-पिता को न तो सीमा पर ही पर्याप्त विश्वास था कि वह समझदारी का व्यवहार करेगी और न आगुन्तुको पर ही यह विश्वास था कि वे सीमा की बालसुलभ क्रियाओं को समझ लेंगे। नतीजा यह होता कि बच्चों पर और आगुन्तुको पर अस्वाभाविक दबाव पड़ता। आगुन्तुक यह अनुभव करते कि उन्हें शीघ्र ही बच्ची से मित्रतापूर्ण संबंध स्थापित कर लेने चाहिए। वे इस बात की प्रतीक्षा नहीं करते कि परिचय धीरे-धीरे अपने आप प्रगाढ़ मैत्री में बदल जायेगा।

एक दिन सीमा की चाची कुछ दिनों के लिए उनके घर पर ठहरने आयीं। सीमा बड़ी खुश थी और उसके माता-पिता की भी यह इच्छा थी कि वह अपनी चाची से खूब निकटता स्थापित कर ले।

पहले दिन तो सब लोग बहुत खुश रहे। लेकिन दूसरे दिन चाची के आगमन का उत्साह ठंडा पड़ गया। सीमा अपनी चाची की उन तुलनाओं से ऊब गयी जो वे उसके तथा अपनी एक अन्य भतीजी के बीच करती थी। वे सीमा से अपनी उस भतीजी की ऊचाई, योग्यता आदि सबकी तुलना करतीं और साथ ही यह भी बतलातीं कि दोनों में से किससे कौन कितना अच्छा है। सीमा को अपनी नयी चाची के इन सब बातों से बड़ी ऊब पैदा हो गयी।

आखिरकार सीमा चित्र बनाने लगी। थोड़ी देर बाद इस तरफ उसकी चाची का ध्यान भी गया। वे उसके चित्र देखने के बाद बोलीं, 'सीमा, दरवाजे को नीला रगना और पत्तियों को भूरे के बजाये हरा रगना।' इस पर सीमा ने गर्म होकर उत्तर दिया, 'चित्र तो मैं बना रही हूँ, आप नहीं बना रहीं। आप मुझे यह बतलाकर कि मैं क्या करूँ मेरा सारा मजा क्यों किरकिरा किये दे रही है ?'

सीमा से कहा गया कि वह अपनी चाची से नम्र शब्दों में कुछ बातचीत करे जिससे उसने जो सख्त बात कही है उसका असर कम हो जाये लेकिन सीमा ने ऐसा करने से साफ इन्कार कर दिया। वह बराबर अपनी बात पर ही दृढ़ रही और कहती रही 'मैंने ठीक ही तो कहा वह मेरा खेल क्यों बिगाड़ रही थी ?'

माता पिता ने यह अनुभव नहीं किया कि जो दबाव उन्होंने डाला था उसका

और क्या फल होता। उन्हें सीमा के व्यवहार से बड़ा धक्का लगा लेकिन उन्हें समझना चाहिए था कि सीमा को उन्होंने और चाची ने बहुत अधिक दबाया था। बच्चा अपने आप मैत्री धीरे-धीरे ही करता है और होना भी ऐसा ही चाहिए। बच्चे को मैत्री अपने आप करने देना चाहिए और इसके लिए काफी समय दिया जाना चाहिए। नये और अपरिचित लोगो को बच्चो के ऊपर सवार हो जाने की कोशिश कभी नहीं करनी चाहिए। उन्हें बच्चे की मैत्री के आमंत्रण की प्रतीक्षा करनी चाहिए। ऐसा करने से ही वे बच्चे के स्नेहभाजन हो सकते हैं।

इसके विपरीत माता-पिता को इस बात का भी ध्यान रखना चाहिए कि वे नवागन्तुको के सामने बच्चे की लजाने या शरमाने की प्रवृत्ति को भी प्रोत्साहित न करे, विशेष रूप से कमजोर बच्चे को इस बात से खासतौर से बचाना चाहिए। अन्यथा इसमें खतरा यह रहता है कि बच्चा वही बात करने लगता है जिससे उस बचाने की चेष्टा की जाती है।

(ऐ) 2 वर्ष के बच्चे का गाना

रवि की आयु 2 वर्ष की थी। उसे यह बिल्कुल अच्छा न लगता था कि जिस समय वह बैठा हो उस समय उसके बारे में कोई बातचीत की जाये। रवि के माता-पिता ने अन्य बड़े बच्चो के सम्बन्ध में तो यह आवश्यकता समझ ली थी और वे ऐसा करने से बचते भी थे लेकिन उन्होंने रवि को अभी इस योग्य नहीं समझा था कि उसके सामने भी वे उसके बारे में कोई बातचीत न करे। वे उसके क्रिया-कलापों के संबंध में उसके सामने ही बातें करते जाते थे। आखिरकार उन्होंने एक बार यह देख ही लिया कि वह ऐसी बातों के समय उदास हो जाता है और अपना चेहरा छिपा लेता है।

इसके बाद से वे सावधान रहने लगे लेकिन अपनी आदत छोड़ने में उन लोगो को जरा कठिनाई हो रही थी। एक दिन रवि की मा ने बिना सोचे कि वह क्या कह रही है एक नये आदमी के सामने रवि की एक दिलचस्प आदत कह डाली। रवि इस पर जोर-जोर से इस तरह गाने लगा जैसे जो कुछ कहा गया है उसका असर धो बहाना चाहता है या अपनी मा का ध्यान उस बात की तरफ से हटा देना चाहता है जो वह कह रही थी।

अक्सर यह होता है कि बड़े बच्चो के सामने उन्ही के बारे में बातें करते हैं, लेकिन अभी हाल ही में बच्चो के सम्बन्ध में जो प्रयोग और पर्यवेक्षण किये गये हैं उनसे पता चलता है कि ऐसा करना कितना हानिकारक है। ऐसा करने से कुछ बच्चे तो आत्म (Self conscious) हो जाते हैं और उन्हें कुछ सी होने लगती है जब कि कुछ बच्चे प्रसन्न और उत्तेजित-से हो जाते हैं और अपना चेहरा

छिपाने की कोशिश करने लगते हैं।

व्यवहार सम्बन्धी बहुत-सी समस्याएँ किसी-न-किसी प्रतिक्रिया के परिणाम-स्वरूप उत्पन्न हो जाती हैं और बुद्धिमान अभिभावक तथा अध्यापक यह जानते हैं कि बच्चे के साथ कभी उसके बारे में बातचीत नहीं करनी चाहिए।

बच्चे के बारे में उसके सम्बन्ध में बातें करने की आदत अक्सर तभी पैदा हो जाती है जब वह नितान्त नासमझ शिशु होता है। उस समय यह समझा जाता है कि जो कुछ कहा जा रहा है उसे वह नहीं समझेगा। लेकिन शिशु भी ऐसे लक्षण प्रकट करते देखे गये हैं जिनसे यह समझा जाने लगा है कि उनके बारे में जो कुछ कहा जाता है वे उससे यह समझ लेते हैं कि उनके बारे में बातचीत की जा रही है। ऐसा करने से बच्चे बहुधा बेचैन और आत्म-जागरूक हो जाते हैं। ऐसा होना उनके बोलना सीख सकने के बहुत पहले से ही शुरू हो जाता है।

प्रश्नावली

- 1 बच्चों को ऐसे सुझाव देने से किस प्रकार बचा जा सकता है जिनसे उनको कोई मदद नहीं मिलती ? ('अ', 'आ', 'ऊ' और 'ए')
- 2 माता-पिता बच्चे के विकास में किस प्रकार मदद दे सकते हैं ? ('आ')
- 3 किसी भ्रम के पैदा हो जाने पर शारीरिक दण्ड देना क्यों लाभदायी नहीं होता ? ('इ')
- 4 यदि बच्चे को बीमारी की हालत में खुश रखना है तो कौन-कौन-सी बातों पर विशेष रूप से सावधानी रखनी चाहिए ? ('ई')
- 5 बच्चे को उससे सम्बन्धित योजनाओं को पहले बता देना क्यों अच्छा है, बजाय इसके कि वह स्वयं अकस्मात् उनको जान ले ? ('उ')
- 6 जब माता-पिता के अतिरिक्त किसी अन्य व्यक्ति को बच्चे को संभालना पड़े तो माता-पिता देखभाल करने वाले की किस प्रकार सर्वोत्तम रीति से मदद कर सकते हैं ? ('ऊ')
7. जब आगन्तुक आये हों तो कौन-सी विशेष समस्याएँ उठ खड़ी होती हैं ? उनको किस प्रकार हल किया जा सकता है ? ('ए')

अध्याय-३

पारिवारिक संबंध

प्रत्येक बच्चे के जीवन में एक सबसे महत्वपूर्ण बात यह होती है कि वह अन्य मनुष्यों के साथ कैसा व्यवहार करता है। हो सकता है—उसकी पूरी देखभाल की जाती हो, सुन्दर खिलौने दिये जाते हो, साफ हवा में रखा जाता हो, आवश्यकतानुकूल भोजन दिया जाता हो, विश्राम भी कराया जाता हो और वस्तुतः उसे वे सारी चीजे दी जाती हो जो उसके स्वस्थ विकास के लिए आवश्यक हो और फिर भी यह संभव है कि घर या स्कूल में बड़ों और बच्चों के साथ उसके सम्बन्ध कुछ इस प्रकार के हो जिनकी वजह से वह खुश न रह पाता हो और उसकी इस नाखुशी से बच्चे के विकास में बाधा पड़ रही हो, व्यवहार सम्बन्धी समस्याएँ उठ खड़ी हो रही हो और उसके व्यक्तित्व को आच्छादित कर रही हों।

बहुधा कठिनाई क्या है—यह समझने और दूढ़ने में काफी परेशानी हो सकती है। यह परेशानी तब भी ज्यो-की-त्यों बनी रह सकती है जब आप यह समझ ले कि बच्चे के वातावरण में कुछ ऐसे व्यक्ति आ गये हैं जिनकी वजह से वह खुश नहीं है। वह खुश क्यों नहीं है—यह बात बच्चा स्वयं भी नहीं बतला सकता क्योंकि इसका कारण बहुधा अतीत में छिपा रहता है और उसे आसानी से नहीं खोजा जा सकता है।

व्यक्तित्वों को वातावरण के अनुकूल बनाने के सम्बन्ध में प्रत्येक घर और स्कूल की अपनी-अपनी समस्याएँ अलग-अलग होती हैं। बच्चों के जीवन में कठिनाइयाँ उत्पन्न होने के कुछ मुख्य कारणों की तरफ इंगित करने से कुछ सहायता मिल सकती है क्योंकि यदि बड़े आदमी को यह ज्ञात हो जायेगा किस जगह से खतरा पैदा होता है तो वह वही से सावधान हो जायेगा और कठिनाई को बढ़ने से रोक सकता है।

जिन बातों से गभीर समस्याएँ उत्पन्न होती हैं उनमें से एक बच्चों की बौद्धिक असमानता है। बौद्धिक दृष्टि से पिछड़ा हुआ बच्चा हीनता, अक्षमता, हतोत्साह आदि की भावनाओं से ग्रस्त होता है और उसके अपेक्षाकृत अधिक चतुर भाई-बहने या सहपाठी अपने साथ रखना पसन्द नहीं करते। इसके विपरीत तेज बच्चे के लिये

यह खतरा रहता है कि कहीं वह दूसरो की मन्दता से अधीर न हो जाये और अन्य साथियों के साथ अपनी श्रेष्ठता को प्रकट करने वाला व्यवहार न करने लगे। बच्चो के इन दोनो ही पक्षो को अनुकूल ढंग से संभालने का सबसे अच्छा रास्ता यह है कि तेज और धीमे बच्चो के मध्य प्रतिद्वंद्विता न करायी जाये और न उनकी परस्पर तुलना ही की जाये। ऐसे स्थलो पर यही बुद्धिमत्तापूर्ण होता है कि प्रत्येक बच्चे को उसकी अपनी गति अग्रसर होने दिया जाये और प्रयत्न यह किया जाये कि वह अपनी पहले की सफलताओ से अधिक सफलताएं प्राप्त करे।

मन्दबुद्धि बालक को उस समय अपने काम में अधिक सहायता मिलती है जब अभिभावक या अध्यापक उसके लिये कोई ऐसा विषय खोज निकालते है जिससे वह अधिक आसानी से सफलता प्राप्त कर लेता है या औसत दर्जे की योग्यता प्राप्त कर लेता है। इससे बच्चे को बड़ा उत्साह होता है। कोई बच्चा ऐसा मन्दबुद्धि होता है कि उसके लिये कोई भी अनुकूल विषय खोजना बड़ा ही कठिन होता है लेकिन ऐसे बच्चे बहुधा बहुत अधिक परिश्रमी होते है और उन्हें कोई भी ऐसा काम करने मे विशेष आनन्द आता है जो एक-सा हो—जिसमे एक ही बात की पुनरावृत्ति करनी पडती हो। उन्हें सामान्यतः दस्तकारी का काम करने मे बड़ा आनंद आता है और वे कालान्तर मे ऐसा काम बहुत अच्छा कर सकते है।

कुशाग्रबुद्धि बालक को जितनी सहानुभूति सामान्यत प्राप्त होती है वह उससे अधिक सहानुभूति प्राप्त करने का अधिकारी होता है। उसके लिए मन्द गति से सोचने वाले बालक की प्रतीक्षा करना साधारण रूप से कठिन होता है। वह बार-बार ऐसे निर्देशों या व्याख्याओ की पुनरावृत्तियो से झुझला उठता है या ऊब उठता है जिन्हें वह आसानी से एक ही बार में समझ लेता है और उनके अनुसार कार्य करने के लिए उतावला हो उठता है। उसे कक्षा मे मन्दबुद्धि बालक के उत्तर की प्रतीक्षा करना भी बुरा लगता है और वह प्रतीक्षा करने के बजाय बहुधा अवाछनीय कार्य करने लगता है। ऐसे बालक को उन कार्यों को करने के लिए उत्साहित किया जाना चाहिए जिन्हें वह आसानी से नही कर पाता है जिससे उसके सम्पूर्ण व्यक्तित्व का विकास हो सके तथा उसमें सहानुभूति और धैर्य की भावना उत्पन्न हो सके। आधुनिक क्रिया पद्धतियां, जिनका स्कूलो मे प्रयोग किया जाता है, निश्चित रूप से मन्द और कुशाग्र बुद्धि दोनों प्रकार के बालकों के लिए उपयोगी हैं। (लेकिन यह बात इंग्लैंड के स्कूलों को ध्यान मे रखते हुए लिखी गयी है।—अनु.)

कभी-कभी ऐसा होता है कि एक बालक चतुर होते हुए भी परिवार में अपने आपको हीन और हताश अनुभव करता है। ऐसी अवस्था मे साधारणतः बात यह होती है कि परिवार के अन्य सदस्यों से उसका स्वभाव बिल्कुल भिन्न होता है। उसकी रुचि और अरुचिया बिल्कुल अलग-अलग होती हैं हो सकता है कि वह गणित में

बहुत तेज हो जबकि परिवार के अन्य सदस्य संगीत में अच्छा दखल रखते हो। शायद वह एक अच्छा कलाकार बन सकता हो जबकि उसके माता-पिता उसे घर की परम्परा के अनुसार इंजीनियर बनाना चाहते हों। जब भी कोई बच्चा अपने बहन-भाइयों से इस रूप में भिन्न हो या वह किसी कार्य में रुचि प्रकट करे जिसमें उसके माता या पिता दोनों में किसी को भी रुचि न हो और वे चाहते हो कि उनका बच्चा उस तरह का काम करे, तो यह बहुत जरूरी है कि बच्चे में मानसिक हीनता की भावना न जाग पाये इसका ध्यान रखा जाये। बच्चे की स्वाभाविक वृत्तियों को विकसित न होने देना कभी भी खतरे से खाली नहीं होता। उसके स्वस्थ विकास के लिए यह बहुत ही जरूरी है कि बच्चे को उसी क्षेत्र में कार्य करने के लिए उत्साहित किया जाये जिसमें वह अधिक सफलता प्राप्त कर सकता हो।

माता-पिता की बच्चे के भविष्य के बारे में एक कल्पना होती है। जब बच्चा कल्पना के अनुकूल सिद्ध नहीं होता तो उनका निराश होना स्वाभाविक है; परन्तु उन्हें अपने को बच्चे के स्वभाव के अनुकूल बना ही लेना चाहिए। जब तक वे ऐसा नहीं करेंगे तब तक बच्चा परिवार में बेचैन रहेगा और अपने आपको कमजोर अनुभव करेगा। माता-पिता को सबसे पहले तो ऐसी कल्पना ही नहीं करनी चाहिए कि उनका बच्चा वही काम करेगा जिसमें उसके पिता या चाचा या किसी अन्य सम्बन्धी को सफलता मिल चुकी है। उन्हें चाहिए कि वे बच्चे की स्वाभाविक इच्छा के प्रकट होने की प्रतीक्षा करे और देखे कि वह किस कार्य या विषय में अधिक रुचि दिखलाता है।

बौद्धिक प्रतिभा के अलावा भी ऐसी कई बातें होती हैं जिनकी वजह से बच्चे को अपने आपको वातावरण के अनुकूल बनाने में दिक्कत होती है। बच्चा परिवार के जिस वातावरण में रहता है वह वातावरण भी किन्हीं अवस्थाओं में उसके लिये कुछ कठिनाइयां पैदा कर सकता है और यदि बचाने की चेष्टा न की जाये तो कभी-कभी बच्चा अत्यन्त दुर्भाग्यपूर्ण व्यवहार भी कर सकता है। उदाहरण के लिये हर एक बच्चे के लिये किसी समूह का सदस्य बन जाना और उसके कामों में भाग लेना सहज नहीं होता। इसके विपरीत कोई परिवार इतना बड़ा होता है कि उसमें हर बच्चे के लिये एकान्त की व्यवस्था नहीं की जा सकती। कभी-कभी यह भी कहा जाता है कि बड़े बच्चे छोटे भाई या छोटी बहन की बात मान लें। या बड़े बच्चों से आशा की जाती है कि वह छोटे बच्चों की देखभाल में अपना समय बिताये। लेकिन यह व्यवस्था बहुधा छोटे और बड़े दोनों ही प्रकार के बच्चों के लिये असन्तोषजनक सिद्ध होती है। बड़े बच्चों को छोटे भाई-बहनों को देखने के उत्तरदायित्व का भार क्लान्त कर देने वाला होता है जब कि छोटे बच्चों को बड़े भाई या बड़ी बहन का स्वामित्व का भाव या हस्तक्षेप करने की प्रवृत्ति से ऊब हो जाती है जिसका परिणाम

यह होता है कि दोनों ही बच्चे हाथ से निकल जाते हैं।

इकलौते बच्चे के बिगड़ जाने का हमेशा खतरा रहता है क्योंकि उसे बड़ों के आकर्षण के केन्द्र से बचाना बड़ा कठिन होता है। यदि उस बच्चे को उसकी आयु के बच्चों में मिलने दिया जाये तो वह अपना स्थान आसानी से खोज लेता है। यदि उसे अकेले खेलने दिया जाये तो उससे भी उसे सहायता मिलती है। इकलौते बच्चे के बारे में यह बहुत ही जरूरी है कि उसकी हर बात को बहुत अधिक महत्त्व न दिया जाये। उसके हर काम को सामान्य तथ्यात्मक रीति से किया जाना चाहिए अन्यथा उससे बच्चों का स्वभाव बिगड़ जाने की आशंका रहती है।

बच्चे को बाहर के बच्चों के साथ मिलने-जुलने और खेलने के लिये चाहे जितना प्रोत्साहित किया जाये फिर भी उसे बाहर की दुनिया में अपने आपको समन्वयात्मक रीति से अनुकूल बनाने में थोड़ी कठिनाई होती है क्योंकि पारिवारिक क्षेत्र में तो वह अकेला ही होता है और उसके साथ ऐसा अन्य कोई बच्चा नहीं होता जो माता-पिता का स्नेह बटा लेता हो या जो रोजमर्रा की साधारण घटनाओं में भाग लेता हो। यह ऐसा अभाव है जिसे दूर नहीं किया जा सकता। इसलिये इकलौते बच्चे को सामान्य से अधिक सहायता की आवश्यकता पड़ती है जिससे वह अपने जीवन का भली-भांति सन्तुलित विकास कर सके और प्रसन्नतापूर्वक उन साथियों की ओर भी बढ़ सके जो उसके पारिवारिक क्षेत्र से बाहर के संसार में रहते हैं।

सबसे बड़े बच्चे का जीवन बहुत-सी बातों में इकलौते बच्चे से भी अधिक कठिन होता है क्योंकि सबसे बड़े बच्चे को प्रथम या पहले दो वर्षों में, या इससे भी कुछ आगे तक, निपट बच्चा ही समझा जाता है और फिर अकस्मात् उसे एक दिन पता चलता है कि उसका स्थान किसी दूसरे ने छीन लिया है और न केवल स्थान ही छीन लिया है अपितु यह भी आशा की जाती है कि वह भी उसे चाहेगा। पहले बच्चे के लिए यह बड़ा कठिन होता है। इसलिये पहले बच्चों को उससे छोटे बच्चे के आने के पूर्व ही तैयार करना चाहिए। बड़े बच्चे को माता-पिता द्वारा यह समझने में मदद मिलनी चाहिए कि वह अब भी उनके लिये उतना ही अमूल्य है, उतना ही प्यारा है जितना छोटे बच्चे के आने के पूर्व था। बड़े बच्चे को पारिवारिक उत्तरदायित्वों में भी थोड़ा-सा भाग लेने के लिये उत्साहित करना चाहिए जिससे वह यह समझे कि छोटे बच्चों के आने के बाद उसे परिवार में एक विशेष स्थान की पूर्ति करनी है।

सबसे छोटे बच्चे की स्थिति भी कभी-कभी विशेष कठिनाइयाँ पैदा कर देती है क्योंकि सबसे छोटा बच्चा हमेशा बच्चा ही समझा जाता है और उससे बचपने के व्यवहार की आशा भी की जाती है। इसलिये उसके विकास के मार्ग में बाधाएँ भी पड़ती हैं। अभिभावकों को छोटे बच्चे के लिये ऐसे मौकों प्रयत्न करके तलाश करने चाहिए जिनमें उसे जिम्मेदारी सौंपी जा सके। माता-पिता को सबसे छोटे बच्चे को

अपने प्रति निर्भरता को घटाने की चेष्टा करनी चाहिए और यह देखना चाहिए कि बड़े होने के साथ ही उसकी बचपन की आदतें छूटती जा रही हैं या नहीं। परिवार के अन्य सभी बच्चों का विकास स्वतः सामान्य रूप से होता चलेगा। सबसे छोटे बच्चे के सबध में ही यह कठिनाई उत्पन्न हो सकती है—इसलिये उसे यह विशेष सहायता दी जानी जरूरी है। यह भी उसके विकास के लिये आवश्यक है कि उससे बड़े बच्चों से हमेशा सबसे छोटे बच्चे की बात मान लेने के लिये न कहा जाये। यह भी न कहा जाये कि वे अपने खिलौने उसे दे दे क्योंकि वह सबसे छोटा है। यह जरूरी है कि सबसे छोटे बच्चे में लेने और देने—दोनों की ही भावना पैदा हो।

दो बच्चों के परिवार में स्पष्टतः दोनों ही बच्चों पर बहुत अधिक ध्यान दिये जाने की आवश्यकता है। यहाँ सबसे बड़े और सबसे छोटे दोनों ही प्रकार के बच्चों की कठिनाइयों को सुलझाने की जरूरत है। दो बच्चों के परिवार में सबसे बड़े बच्चे को तो अपना स्थान छोटे बच्चे के लिए छोड़ना पड़ता है और इधर छोटा बच्चा सारे परिवार के आकर्षण का केन्द्र बना रहता है और उसके बिगड़ जाने का खतरा बना रहता है। ऐसे परिवार में बच्चों के बीच जलन, कुठन और झगडा भी चलता रह सकता है लेकिन ऐसा तभी होगा जब अभिभावक दोनों स्थितियों से उत्पन्न होने वाली कठिनाइयों को भली-भाँति समझते न होंगे।

बड़े परिवार में केवल सबसे बड़ा और छोटा बच्चा ही घर के क्षेत्र में अप्रसन्न नहीं रहेगा। कोई भी बच्चा किसी-न-किसी कारण से अप्रसन्न हो सकता है। किसी बड़े परिवार में बीच का बच्चा ऐसा भी हो सकता है जो न तो बड़े बच्चों के साथ जम सके और उनकी जिम्मेदारियाँ सभालते हुए बड़े बच्चों को मिलने वाली सुविधाओं का लाभ उठा सके और दूसरी ओर यह भी हो सकता है कि बिल्कुल छोटे बच्चों में भी उसे कोई आनन्द न मिले। एकदम छोटे बच्चों के खेलों के लिये वह बहुत बड़ा हो। ऐसे बच्चे को असन्तोष होना स्वाभाविक है और उसे अपना असन्तोष दूर करने में काफी कठिनाई का सामना करना पड़ सकता है क्योंकि वह सम्पूर्ण परिवार में अपने आपको सबसे भिन्न पाता है।

जब किसी बड़े परिवार में सब बच्चों के जोड़े-जोड़े बन जाते हैं और कोई एक बच्चा जोड़ा बनने से छूट जाता है तो वह भी कठिनाई पैदा कर देता है। वह प्रायः सबसे अप्रसन्न रहता है और सबके विरुद्ध कुठता भी रहता है क्योंकि वह समझता है कि वह उपेक्षित है, परिवार में उसकी आवश्यकता नहीं है। जब भी कभी इस प्रकार की आशंका प्रतीत हो माता-पिता को तत्काल ऐसे बच्चे के लिये किसी बाहरी मित्र की व्यवस्था जल्दी-से-जल्दी कर देनी चाहिए। इसके साथ ही माता-पिता को अपने किसी भी व्यवहार से बच्चे को यह समझने का मौका नहीं देना चाहिए कि वे उसकी

महसूस नहीं करते इसके विपरीत माता-पिता को जब भी

मौका हो यह दिखलाने का यत्न करना चाहिए कि वह उनको कितना प्यारा है, कितना बहुमूल्य है उनके लिये।

ऐसे परिवार में भी बच्चों के साथ व्यवहार करने में कुछ कठिनाइयाँ पैदा हो जाती हैं जहाँ माता-पिता के अलावा परिवार में कुछ और भी वयस्क व्यक्ति रहते हैं। यहाँ बच्चे से कहा जाता है कि वह कई बड़ों की इच्छा के कार्य करे। ऐसी अवस्था में बच्चा परेशान हो जाता है और प्रतिरोध करता है। बच्चे की ऐसी अवस्था को बचाया जा सकता है यदि बड़े परस्पर सोच-विचारकर कार्य करें। फिर वे बच्चों से अपनी इच्छाओं के अनुसार कार्य करने के लिये नहीं कहेंगे बल्कि वे ऐसे नियमों के अनुसार—लेने और देने तथा कार्य और परिणाम के नियमों के निर्देशों के अनुसार बच्चों से कार्य करने को कहेंगे जिनसे सभी जीवित वस्तुओं में सामंजस्य स्थापित होता है। बड़ों को बच्चों को आदेश देने के संबंध में उस समय तो अवश्य ही परस्पर कोई-न-कोई समझौता कर लेना चाहिए जब उनके मिजाज अलग-अलग हों और दृष्टिकोणों में भी भिन्नता हो।

अभिभावकों में यदि जरा-सा भी असामंजस्य है तो बच्चे के संबंधों को वह अमधुर बना देने का कारण हो सकती है क्योंकि बच्चे में किसी एक अभिभावक का पक्ष लेने और दूसरे के प्रति असन्तुष्ट रहने की स्वाभाविक प्रवृत्ति होती है। यह असन्तोष आगे चलकर अन्य बड़े के प्रति भी हो सकता है या यह भी हो सकता है कि इस असन्तोष के परिणामस्वरूप बच्चा आगे चलकर समस्त सत्ता का विरोध करने लगे।

यदि बच्चे के माता-पिता में से किसी एक की मृत्यु हो जाये या इसी प्रकार बच्चे को अन्य कोई दुखद अनुभव हो तो बच्चे की तरफ विशेष ध्यान दिये जाने की आवश्यकता है जिससे उसमें स्थिरता और सामंजस्य की खोयी भावना पुनः उत्पन्न हो सके।

यह भी याद रखना चाहिए कि किसी परिवार में बच्चे अत्यन्त स्वाभाविक ढंग से विकसित होते चले जाते हैं और उस समय भी जब कि माता-पिता उनकी तरफ कोई भी विशेष ध्यान नहीं देते हैं। लेकिन माता-पिता या अध्यापक के विरुद्ध कटुता पैदा होने के कारण की जानकारी होना सदैव लाभदायी ही होगा। यही नहीं इस प्रकार के ज्ञान से यह भी संभव है कि उक्त प्रकार की कठिनाइयों के न पैदा होने देने में भी सहायता मिले।

बच्चे के सम्पूर्ण विकास के लिये यह बहुत जरूरी है कि उसके सारे पारिवारिक सम्बन्ध भली-भाँति समन्वित हों क्योंकि किसी भी सम्बन्ध की कटुता का असर विभिन्न और असम्बद्ध से प्रतीत होने वाले क्षेत्रों में भी हो सकता है। संभव है कि पारिवारिक क्षेत्र में कुछ व्यक्तियों से अच्छे और मधुर सम्बन्ध न होने की वजह स्कूल

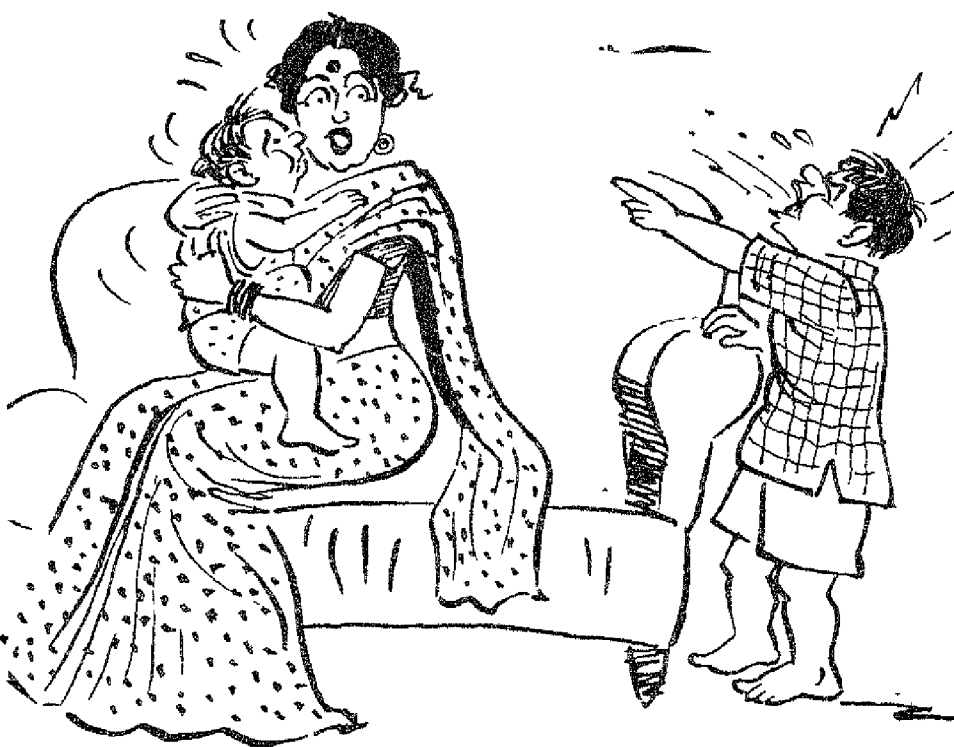
में बच्चे को किसी विशेष विषय में अरुचि हो जाय यह भी हो सकता है कि वह उद्वृण्डतापूर्ण व्यवहार करने लगे या सम्भव है कि अधिकारी का प्रतिरोध करे। उसका स्वभाव कटु हो सकता है, मानसिक हीनता, आलस, जलन, घृणा आदि की भावना पैदा हो सकती है। इसके अलावा यह चीज अन्य भी किसी अस्पष्टतः परिभाषित रूप से प्रकट हो सकती है।

कभी किसी मामले में यह भी कहा जा सकता है कि बच्चे की कटुतापूर्ण प्रतिक्रिया किसी अमधुर पारिवारिक सम्बन्ध की वजह से नहीं बल्कि बच्चे के खराब स्वास्थ्य या उसकी अयोग्यता के कारण है, या यह भी सम्भव है कि उसे किसी विषय की शिक्षा अत्यन्त असहानुभूति पूर्ण ढंग से दी जा रही हो अथवा उसे किसी जगह अनुचित ढंग से दबाया जा रहा हो आदि। कुछ भी हो, यह हमेशा बुद्धिमत्तापूर्ण होता है कि बच्चे की समस्या का निदान करने के पहले उसके पारिवारिक सम्बन्धों का भली-भाँति शोध कर लिया जायें खासतौर से उस समय जब कि विचाराधीन बच्चे की कठिनाई का अन्य कोई सन्तोषजनक स्पष्टीकरण सामने न हो। इस सम्बन्ध में बच्चे के घर और स्कूल के निकट सहयोग होना अत्यन्त आवश्यक है।

मैं अपने अनुभूत कुछ ऐसे दृष्टान्त नीचे दे रही हूँ जिनसे बच्चे के जीवन में पारिवारिक सम्बन्धों का महत्त्व समझने में सहायता मिलेगी।

(अ) दो भाइयों की लड़ाई

राजू की आयु उस समय 4 वर्ष की थी जब नया बच्चा घर में आया। इसके पहले माता-पिता के स्नेहवर्षण का वही केन्द्र था, अपनी दादी का वह एकमात्र लाडला पोता था और बहुत-सी चाचियों और चाचाओं का एकमात्र भतीजा था। जिस क्षण से नये बच्चे ने घर में जन्म लिया सब लोगों का सारा ध्यान, समस्त प्रेम, राजू को ऐसा प्रतीत हुआ कि नये बच्चे पर केन्द्रित किया जाने लगा है। वह अपने नन्हे-से भाई से घृणा करने लगा और अक्सर उसे मारने की कोशिश करता। ऐसा करने की वजह से राजू को 'शरारती', 'घृणा योग्य' और 'भयावह लडका' आदि विशेषण दिये जाने लगे तथा सजा भी दी जाने लगी। राजू बच्चे को अधिकाधिक घृणा की दृष्टि से देखने लगा क्योंकि धीरे-धीरे छोटे बच्चे ने उसके सारे खिलौने, उसका खटोला और अन्त में सोने का कमरा तक छीन लिया। राजू से हमेशा छोटे भाई की इच्छा के अनुकूल आचरण करने के लिये कहा जाता। राजू को वह सब देना पड़ता जो उसका छोटा भाई मांगता। यदि छोटा भाई राजू को नोचता, काटता या मारता तो भी राजू से कहा जाता कि वह कोई बदला न ले। इसलिये यह स्वाभाविक था कि दोनों भाई ज्यों-ज्यों बड़े होते गये त्यों-त्यों दोनों को एक-दूसरे का साथ अप्रिय प्रतीत होने लगा। दोनों बच्चे जहाँ तक होता एक-दूसरे से दूर ही रहते और दोनों



को एक-दूसरे से अरुचि है—यह देखते ही पता चल जाता था। जब वे दोनो घर से अलग हुए और दूर-दूर चले गये तो वर्षों वीत जाने पर भी दोनो मे से किसी ने एक-दूसरे को पत्र नही डाला। असामंजस्य की यह स्थिति आगे भी अनिश्चित काल तक चलती रहती यदि वे दोनो एक ही मोटर दुर्घटना में न पड गये होते। इस मोटर दुर्घटना में दोनों ही व्यक्तियों का जीवन चमत्कारिक रीति से बच गया। इस दैवी रक्षा ने दोनो भाइयों के बीच की तटस्थता की दीवाल को तोड़ डाला और दोनो का व्यवहार एक-दूसरे के प्रति मैत्रीपूर्ण हो गया।

(आ) पांच के परिवार में अकेला बच्चा

शंकर पांच के परिवार मे तीसरा बच्चा था। उससे बडे दो भाई थे और उससे छोटी दो बहने थी। जब शंकर का जन्म हुआ उसके पहले से ही दोनों बडे भाई एक-दूसरे के घनिष्ठ मित्र हो गये थे। उस समय दोनो बडे भाइयो की अवस्था क्रमशः सात और पांच वर्ष की थी। ये दोनो साथ ही स्कूल भी जाते थे। शिशु शंकर उनके खेलो मे कभी भाग नहीं लेता था क्योकि शंकर के दोनों भाई उसका साथ बचाने की कोशिश करते थे।

जब शंकर डेढ़ वर्ष का था तभी घर में एक उसकी बहन ने जन्म लिया। माता-पिता दोनों लड़की के बहुत इच्छुक थे और उन्हें शंकर के पैदा होने पर इस बात से निराशा भी हुई थी कि वह लड़की न होकर लड़का क्यों हुआ ?

फलस्वरूप पुत्री के जन्म से परिवार-भर में बहुत अधिक प्रसन्नता हुई। पुत्री के बाबा और दादी ने भी नवागत पोती का स्वागत किया। बहुत अधिक प्यार ने लड़की को एकदम बिगाड़ दिया। इधर शंकर की उचित देखभाल नहीं हुई और उसे वह प्रेम भी नहीं मिला जो अन्यथा स्थिति से उसे मिलता।

शंकर में आयु के साथ ही अपने आप में सीमित रहने की भावना, सकोचशीलता और गंभीरता जड़ पकड़ती गयी। जब वह 4 वर्ष का था तभी घर में एक और लड़की पैदा हो गयी। इस बीच शंकर को पास के ही एक प्राइवेट स्कूल में भेजा जाने लगा।

इस प्रकार दोनों छोटी लड़कियाँ एक साथ रहती थीं और दोनों बड़े लड़के एक साथ रहते थे। ज्यो-ज्यो शंकर बड़ा होता गया एकाकी रहने की उसकी आदत बढ़ती चली गयी। वह अपने आपको हीन, अवाञ्छित और अन्य सब लोगों से भिन्न समझता था। उसे भिन्न तरह का भोजन पसन्द आता और भिन्न प्रकार की पुस्तकें थीं। भोजन और पाठन दोनों की उसकी रुचियाँ अलग-अलग थीं। वह गोश्त पसन्द नहीं करता था और उसके माता-पिता प्रयत्न करके भी उसे गोश्त खाना न सिखा सके। स्कूल में वह अपना काम ठीक-ठीक करता था लेकिन अन्य बच्चों में उसे बहुत कम रुचि थी। वह घर की ही तरह स्कूल में भी अपने आपको अलग, एकाकी और अजनबी-सा अनुभव करता था।

यदि शंकर को अकेला छोड़ दिया जाता तो घर के संकुचित, रूढ़िवादी और कट्टर दृष्टिकोण के विपरीत वह अधिक गहरे और मौलिक परिणामों पर पहुँचता था।

शंकर जब तक बड़ा नहीं हो गया और जब तक उसे अपने ही विचार के लोग नहीं मिले और उसके तथा उनके विचारों का परस्पर आदान-प्रदान नहीं हुआ तब तक उसका एकाकी और सकोची स्वभाव नहीं बदला। अपने जीवन-भर उसने कल्पित कमजोरियों और कल्पित हीनता की भावनाओं के कारण बड़ा दुखपूर्ण समय काटा था। यदि उसके घर या स्कूल में उसे कोई दूरदेश आदमी मिल जाता तो उसका यह कष्ट कम भी हो सकता था। जब उसमें समाजविरोधी वृत्तियाँ उत्पन्न हो रही थीं कभी उसे उनके दमन में यदि जरा-सी सहायता कर दी जाती तो उसे इनकी तकलीफें न उठानी पड़तीं।

(इ) इकलौते और बहुत प्यार किये जाने वाले पुत्र का हकलाना

रवि इकलौता लड़का था और माँ का बड़ा ही लाडला पुत्र था। पिता उसकी अवहेलना करते थे क्योंकि वह उतना प्रतिभासम्पन्न नहीं निकलता जितनी उन्होंने

कल्पना की थी। इसके विपरीत यह अत्यन्त सचेत्य और कलात्मक प्रवृत्ति वाला निकला। उसकी माँ दिन-रात उसी की सेवा में लगी रहती थी। वह दिन दूनी रात चौगुनी रवि की प्रसन्नता और सफलता की कामना किया करती थी।

रवि अपनी माँ द्वारा अत्यधिक ध्यान रखे जाने के कारण उस बोझ से दबा जा रहा था। वह बड़ा कल्पनाशील और आलसी-सा हो गया था। वह किसी भी काम को ठीक वही छोड़ देता था जिसमें तुरन्त थोड़े ही समय के पश्चात् उसे सफलता मिलने वाली होती थी। जैसा कि हम ऊपर बता चुके हैं रवि पढाई-लिखाई में बहुत अधिक तेज न था। लेकिन माँ यह चाहती थी कि पुत्र अपने पिता का भी लाडला हो जाये और माँ की समझ में लाड़ला बनाने का एकमात्र तरीका यही था कि वह अधिकाधिक पढे। इसलिये, उसमें वह पढने-लिखने के कार्य में खूब प्रोत्साहित करती थी। बालक की स्वाभाविक वृत्ति कला और संगीत की तरफ थी और इस क्षेत्र में वह तुरन्त सफलता भी प्राप्त कर लेता था लेकिन माँ का ध्यान उसकी इस योग्यता पर न था और वह अपने पुत्र को पढाई के अलावा अन्य किसी क्षेत्र में रुचि ग्रहण से निश्चित रूप से अनुत्साहित करती थी।

रवि जब 7 वर्ष का हो गया और जब उसे ऊंची कक्षाओं की पढाई के लिये अपर स्कूल में भेजा गया तो वहाँ वह हकलाने लगा। यह त्रुटि सचमुच उसके लिये बड़ी कष्टकारी सिद्ध हुई। उसकी माँ को भी इससे बड़ी चिन्ता हुई लेकिन काफी समय तक उसने न तो इस ओर कोई ध्यान दिया और न ही दूसरों के सामने अपने पुत्र के दोष के अस्तित्व को स्वीकार ही किया।

आखिरकार जब रवि 16 वर्ष का हो गया और उसे उसकी इच्छा के विरुद्ध पिता के ऑफिस में काम करने के लिये भेजा गया तो उसकी हकलाहट बहुत बढ़ गयी। फलतः माँ ने इस विषय के एक जानकार विशेषज्ञ से सलाह ली।

विशेषज्ञ ने रवि की परीक्षा की। उन्हें यह पता लगा लेने में अधिक समय न लगा कि बालक के हकलाने का कारण किसी प्रकार की कमजोरी और मानसिक क्लान्ति का परिणाम है। उसके बोलने के किसी अंग में कोई खराबी नहीं। वह उसी जिह्वा से धाराप्रवाह बोल सकता है। आवश्यकता केवल इस बात की है कि उसके दिमाग में जो भार है, जो उलझन है, वह उसे निकाल दे। वस वह फिर आसानी से बोलने लगेगा क्योंकि मानसिक उलझन ही उसके धाराप्रवाह बोलने में बाधक है।

विशेषज्ञ ने रवि के लिए अपने यहाँ आने पर लेटना अनिवार्य कर दिया। और विश्राम करने की कला की भी शिक्षा दी। लेकिन रवि को वर्षों ऐसे वातावरण में रहना पडा था जिसमें उसके मस्तिष्क पर बड़ा भार पडा था। इसलिये वह आसानी से विश्राम भी नहीं कर सकता था कुछ दिन तो आराम करने के लिये भी उसे बड़ा प्रयत्न करना पडा

वह समझ गया कि उद्देश्य क्या है और किसी तरह

मस्तिष्क को विश्राम देने में सफल हो गया इसमें सफलता मिलते ही उसकी हकलाने की आदत में भी कमी हो गयी

लेकिन इसके कुछ समय बाद ही मा को पता चला कि विशेषज्ञ पढ़ाने के बजाय बच्चे को लेटाती है तो मां को लगा यह तो समय और पैसे का निरर्थक व्यय है और अपने पुत्र को विशेषज्ञ के यहाँ भेजना बंद कर दिया।

बालक को अपनी मा के इस निश्चय से बड़ी परेशानी हुई क्योंकि विशेषज्ञ के रूप में उसे अपने से सहानुभूति रखने वाला एक अच्छे मित्र मिल गया था और दूसरे उसके हकलाने की आदत भी सुधर रही थी। बालक ने विशेषज्ञ से जाकर अनुरोध किया कि वह उसकी मा से मिले और कहे कि लेटकर विश्राम करने का अभ्यास डालना उसके लिये कितना जरूरी है। विशेषज्ञ ने ऐसा किया भी लेकिन उसकी मा निर्णय कर चुकी थी। मां का ख्याल था कि उसका निर्णय वह तर्क-सम्मत है—इसलिए रवि का विशेषज्ञ के पास जाना बन्द हो गया।

एक वर्ष के भीतर ही बालक को अपने पिता का ऑफिस घोर स्नायुविक अस्वस्थता के कारण छोड़ना पड़ा। इसके बाद भी वह कई मास इसी प्रकार पड़ा रहा। अन्त में उसकी मा को किसी ने मनोविज्ञान द्वारा चिकित्सा करने वाले डॉक्टर के पास जाने की सलाह दी। इस डॉक्टर ने सिफारिश की कि रवि को उसकी अपनी इच्छा के अनुकूल कला और संगीत की शिक्षा प्राप्त करने के लिये स्कूल भेज दिया जाये। अन्त में यही हुआ और बालक ने इस क्षेत्र में पहुँचते ही अपनी योग्यता और प्रतिभा का परिचय दिया। उसके मस्तिष्क के स्नायुओं का तनाव क्रमशः कम हो गया और उसके हकलाने की आदत सुधर गयी। एक बार फिर अपने मित्र और विशेषज्ञ की सलाह के अनुसार उसने व्यायाम और विश्राम करना शुरू कर दिया। इसका परिणाम यह हुआ कि कुछ ही महीनों में हकलाना बिल्कुल छूट गया। हाँ, कभी-कभी वह अपने पिता के सामने बात करते हुए अवश्य हकलाने लगता था और इसका कारण था कि वह अपने पिता से बहुत डरता था। इसके अलावा स्नायुविक तनाव बढ़ जाने पर भी कभी-कभी हकलाने लगता था जैसे नहीं।

(ई) सबसे बड़ी बच्ची आशा का अपने परिवार को हर एक चीज दे देना

छ. बच्चों के परिवार में आशा सबसे बड़ी बालिका थी। उसके ऊपर अपने पाँच छोटे भाई-बहनों को संभालने की बड़ी जिम्मेदारी थी क्योंकि उसकी मां का स्वास्थ्य बड़ा नाजुक रहता था और आर्थिक परेशानियों की वजह से कोई नौकर भी नहीं रखा जा सकता था। आशा पढ़ने-लिखने में बड़ी होशियार थी और सेकेण्डरी स्कूल की कक्षाओं में पढ़ने के लिए उसे वजीफा भी मिला था। इस स्कूल से वह अध्यापकों के ट्रेनिंग कॉलेज भेज दी गयी थी जहाँ उसे कार्य का प्रशिक्षण

मिला था। इन सारे वर्षों में आशा घर के काम-काज में बराबर मदद करती रही। और इस बीच अपनी पढाई की तैयारिया भी अत्यन्त सावधानी के साथ करती रही। वह अपनी मा की सहायता स्वेच्छा से करती थी लेकिन इस सहायता करने में उसका आत्मोत्सर्ग का भाव साफ-साफ प्रकट हो जाता था क्योंकि घर के कामकाज के कारण वह उन बहुत-से कार्यों में भाग नहीं ले पाती थी जिनमें उसकी सहेलिया सयुक्त रूप से शामिल होती थी। इसकी वजह से वह काफी सख्त हो गयी थी और उसका स्वभाव भी कटु हो गया था। वह कपड़े भी ठीक से नहीं पहन पाती थी, इसलिए उसकी कटुता और बढ़ जाती थी।

जब वह कॉलेज की उच्चतम कक्षा के अंतिम वर्ष में पढ़ रही थी तभी उसके पिता की मृत्यु हो गयी। आर्थिक समस्या और भी जटिल हो गयी। अगले वर्ष आशा को एक स्कूल में अध्यापिका की जगह मिल गयी और उस समय से आशा का वेतन परिवार के लिए बहुत बड़ा साधन हो गया। वह जो कुछ भी बचा पाती थी वह सब परिवार के खर्च के लिये दे देती थी। उसने यह सब उस समय तक किया जब तक उसके सारे भाई-बहन पलकर बड़े नहीं हो गये। उसने विवाह का विचार भी इसलिये त्याग दिया कि वह अपने परिवार की सहायता करती रह सके। उसके सामने तीन युवकों ने विवाह का प्रस्ताव रखा लेकिन उसने तीनों के प्रस्ताव को अस्वीकार कर दिया। तीस वर्ष की आयु होते न होते वह अस्वस्थ रहने लगी। स्वभाव बड़ा कर्कश और कटु हो गया और उसके लिए जीवन में आनन्द की कोई भी वस्तु नहीं रह गयी।

यदि मा या अन्य किसी व्यक्ति ने आशा की सहायता की होती और उसको दबा देने वाला अत्यन्त गुरु उत्तरदायित्व उसी के कंधे पर न छोड़ दिया होता और क्रमशः उसका भार हलका किया जाता रहता तथा परिवार के अन्य बच्चे भी बड़े होने के साथ-साथ अन्य जिम्मेदारियों में हिस्सा बंटाते रहते तो शायद आशा भी अपना जीवन सुख से बिता लेती।

(उ) अनुचित सम्बन्धों से उत्पन्न बच्चे की कठिनाइयाँ

बेटी एक बड़े गरीब घर से गुजारा करती थी और वह अपने असली माता-पिता को नहीं जानती थी। उसने अपनी धाय मा की बातों से यह जान लिया था कि उसका पिता एक डॉक्टर था और उसकी मा एक नौकरानी थी किन्तु उसे कभी भी इस बात पर विश्वास नहीं हुआ कि जो सूचना उसे मिली है वह सही है। वह अपने धाय मा-बाप के साथ बराबर रही थी और घर के अन्य बच्चों के समान ही उसके साथ भी व्यवहार किया जाता रहा था। घर में उससे अन्य सब बच्चे छोटे थे। स्पष्ट था कि वह नाजायज सम्बन्धों से पैदा हुई थी लेकिन वह धाय मा-बाप के किसी रक्षेदार की ही सन्तान थी यह वह कभी नहीं जान पायी

आरम्भ से ही, जब से उसने होश सभाला और जिस वातावरण में वह रहती थी उसके प्रति उसके हृदय में बड़ी घृणा का भाव जाग उठा था। उसकी रुचि स्वभावतः परिष्कृत थी और पुस्तकों से उसे बड़ा प्रेम था। यह स्पष्ट था कि पढ़ने में उसकी रुचि उस वातावरण की देन नहीं थी जिसमें वह रहती थी। सफाई और भोजन आदि का वह बड़ा ख्याल रखती थी और इन्हीं कारणों से वह अकेली सी भी पड़ जाती थी और शेष परिवार द्वारा घमण्डी भी समझी जाती थी। उसे घर के काम-काज से अरुचि थी और वह इस बात का कोई प्रयत्न भी नहीं करती थी कि वह उसमें मन लगाये और घर के काम को अच्छे ढंग से करने की कोशिश करे। उसकी धर्म बहने समझती थी कि वह घर का अपने हिस्से का कामकाज भी ठीक से नहीं करती है। उन लोगों को बेटी की किताबों की रुचि भी अच्छी नहीं लगती थी और वे उसे उसकी बेवकूफी का शौक समझती थी। वे बेटी के शुद्ध भाषा बोलने के प्रयत्न का मजाक उड़ाती थीं और उस गन्दी गली में रहते हुए बेटी अपने कपड़ों की सफाई का जो ख्याल रखती थी वह उन्हें अच्छा नहीं लगता था।

नतीजा यह हुआ कि बेटी दुनिया के प्रति घृणा का भाव लेकर बड़ी हुई। उसमें दो व्यक्तियों का विकास हुआ। उसका एक व्यक्तित्व उसे गंदे घर का प्रतिनिधित्व करता था जिसमें वह रही थी और दूसरा उस व्यक्तित्व का जो उन परिस्थितियों के बिल्कुल विपरीत था।

अपने दोनों व्यक्तित्वों को वातावरण के अनुकूल बनाने के प्रयत्नों की वजह से स्कूल में उसकी प्रगति में बाधा पड़ने लगी। उस पर अपने परिवार का जो असर था और उस पर जो रोज तानें सुनने पड़ते थे वे उसके चेतन मस्तिष्क को बराबर इस अप्रिय तथ्य की ओर खींचते थे कि वह अपने मूल स्थान को नहीं जानती है। उसके जन्म का मूल स्थान और चाहे जो कुछ भी हो वह स्थान उसके घमण्ड का विषय नहीं हो सकता था।

उसका व्यवहार अत्यन्त समाजविरोधी हो गया। वह अन्य बच्चों से स्कूल में पैसे ले लेती, पेसिले आदि ले लेती जिसकी वजह से अक्सर कठिनाई में भी पड़ जाती। लेकिन बेटी जिस स्कूल में पढ़ती थी उस स्कूल के अध्यापिका मण्डल में एक ऐसी अध्यापिका थी जिसका व्यवहार बेटी के प्रति बड़ा सहानुभूतिपूर्ण था और जो यह समझती थी कि बेटी के जीवन में अवश्य ही कोई ऐसी गुत्थी है जिसकी वजह से उसका सन्तोषजनक विकास नहीं हो पा रहा है। वह बेटी को अपने घर ले जाने लगी और धीरे-धीरे उसने बच्ची की सारी कष्टगाथा जान ली। उसने यह भी जान लिया कि बेटी अत्यन्त सुशिक्षित बनने की आकांक्षा रखती है।

बेटी के 14 वर्ष की अवस्था में स्कूल छोड़ने पर इस अध्यापिका ने उसे एक किताब की दुकान में नौकरी दिलवा दी। वह उस लड़की की पक्की दोस्त भी बन

भोर बच्ची को अन्य लोगों के प्रति सामजस्यपूर्ण व्यवहार की शिक्षा देने में वह बहुत बड़ा साधन बनी रही। बेटी नये काम को बड़ी अच्छी तरह करने लगी। साथ ही जो भी उसे मिलता वह उसे पढ़ भी लेती। इस सफलता से उसे बड़ा मिला तथा परिवार के अन्य लोग भी सफलता के कारण उसका सम्मान करने लगे। तीन वर्षों बाद बेटी को एक बड़े विक्रेता की दुकान में जगह मिल गयी और तब भी अधिक मिलने लगा। अपनी बढी हुई आय के जरिये वह उस गंदे स्थान को अलग आ गयी जिससे उसे बहुत ही ज्यादा अरुचि थी।

प्रश्नावली

क्या आप किसी परिवार के ऐसे इकलौते बच्चे या सबसे बड़े या सबसे छोटे बच्चे को जानते हैं जिसे अमधुर वातावरण में रहना पड़ा हो ? यदि ऐसा हो तो उसका फल क्या हुआ ? ('इ' और 'ई')

क्या आप किसी बड़े परिवार के ऐसे बच्चे को जानते हैं जो एकाकी पड़ गया हो या विशेष रूप से अधिक दुखी रहता हो ? यदि हां तो क्या आप जानते हैं कि उसके दुखी रहने के क्या कारण हैं ? ('आ')

नये बच्चे के आगमन के लिए घर के सबसे छोटे बच्चे को तैयार करने का सबसे अच्छा तरीका क्या है ? माता-पिता के लिए यह क्यों अबुद्धिमत्तापूर्ण है कि वह लड़का चाहते हैं या लड़की—यह पहले से सोच ले ? ('आ')

यदि माता-पिता के बीच पटती न हो तो ऐसा कौन-सा उपाय है कि जिसकी वजह से वह दोनों के ही बारे में सहानुभूतिपूर्ण ढंग से सोचे ? किसी भी बच्चे को किसी विपत्ति से सर्वथा अनभिज्ञ रखना क्यों असम्भव है ?

क्या यह उचित है कि नाजायज सम्बन्धों से उत्पन्न बच्चों को उनके माता-पिता के बारे में सब कुछ बतला दिया जाये ? ('उ')

आप अपने परिचित किसी भी ऐसे परिवार के बच्चों की कठिनाई बतलाइये जहाँ बच्चों की योग्यता या रुचि के कारण कोई समस्या उठ खड़ी हुई हो। क्या ऐसी अवस्था में सभी बच्चों का समुचित विकास हो सका ? यदि हां, तो कैसे ? यदि नहीं, तो बतलाइए कि किस प्रकार उद्देश्य सिद्ध हो सकती थी ? ('उ')

किसी ऐसे बच्चे के सम्बन्ध में बतलाइए जो हकलाता हो। हकलाना कब शुरू हुआ ? उसका कारण क्या प्रतीत होता था ? किन परिस्थितियों में आसानी से बच्चा बोल लेता था और किन परिस्थितियों में उसे बोलने में कठिनाई होती थी ? क्या उसका अब छूट गया है या अब भी की वजह से उस परेशानी होती है ('इ')

अध्याय-4

कार्य और विश्राम की आवश्यकता

इसमें कोई सन्देह नहीं कि बच्चे में अपने आप कुछ-न-कुछ काम करने की जो प्रवृत्ति पैदा होती है वह उसकी किसी-न-किसी विशेष आवश्यकता की पूर्ति करती है। इसका बच्चे के विकास में अत्यन्त महत्त्व है। यही नहीं, यदि बच्चे को आत्म-प्रेरित कार्य करने से रोका जाये तो बहुत सम्भव है कि उसके विकासशील अवयवों को क्षति पहुँचे। यह क्षति शारीरिक ही नहीं अपितु मानसिक और आध्यात्मिक भी हो सकती है। यदि एक क्षण के लिये हम सोचे तो हमें यह स्वीकार करना होगा कि कुछ-न-कुछ कार्य करते रहने की प्रवृत्ति हर स्वस्थ बालक में होती है। बच्चे की कुछ-न-कुछ करते रहने की यह इच्छा अक्सर बड़ों की परेशानी की वजह बन जाती है लेकिन यदि एक बार भी वे यह मान ले कि ऐसी इच्छा होना अनिवार्य है और वह बच्चे के विकास के लिए बहुत जरूरी है तो फिर वे बच्चे को किसी कार्य में लगा देकर नकारात्मक ढंग (रीति) से अपना सिर नहीं हिलायेंगे और न उसे किसी पाप का लक्षण ही समझेंगे बल्कि उसकी इस इच्छा को कार्यान्वित करने में इस प्रकार सहायता करेंगे जिससे बच्चे के विकास में अधिक-से-अधिक मदद मिल सके।

बालक के विश्राम की आवश्यकता भी उतनी ही महत्त्वपूर्ण है जितनी कार्य की और जो भी बच्चे की देखभाल करता हो उसका यह कर्तव्य है कि वह जल्दी ही बच्चे को सुला दे और उसके शैशवकाल में उसके दिन में भी आराम से सोने की व्यवस्था कर दे। कुछ माताओं को अपने बच्चों को जल्दी सुलाने में खासतौर से दिक्कत होती है। कभी-कभी तो इसलिए कठिनाई उपस्थित होती है कि पहले बच्चे को जल्द सुला देने का महत्त्व नहीं जानती है और बच्चे की देर तक जागने की खराब आदत पड़ जाती है। कुछ मामलों में ऐसा होता है कि बच्चे को जीवन इतना आकर्षक लगता है कि वह कहीं कुछ खो न दे, इसलिए सोना नहीं चाहता। ऐसे बच्चे को सुलाने का तरीका यह है कि उसे जागने की अवस्था के अपेक्षा सोने के समय अधिक आराम और सुविधाएं दी जाये।

कुछ बच्चों को सुबह के वक्त नींद आती है और वे पूरी तरह शाम को ही जागते हैं लेकिन ----- ऐसे बच्चे बहुत अधिक स्वस्थ नहीं होते ऐसे बच्चों को

शाम को जल्दी सुलाने की कोशिश करनी चाहिए। इससे उन्हें अधिक जीवनी शक्ति मिलेगी। ऐसे बच्चों को खूब ताजे फल और ताजी हरी तरकारिया और कच्चा सलाद भोजन के साथ देना चाहिए। इससे उनका रक्त शुद्ध होगा, जीवनी शक्ति बढ़ेगी और चेहरे पर तेज आयेगा। उन्हें दिन में तीन बार भोजन कराना चाहिए और एक बार भोजन कराने के बाद बीच में खाने के लिये कुछ भी नहीं देना चाहिए।

बच्चे के टेढ़े से सोने की आदत पड़ गयी हो तो एक बाल कल्याण केन्द्र के डॉक्टर की नीचे लिखी सलाह से अच्छी अन्य कोई सलाह नहीं दी जा सकती। इस डॉक्टर से दो वर्ष के बच्चे की एक मा ने शिकायत की कि उसका बच्चा शाम को जल्दी नहीं सोता। इस पर डॉक्टर ने कहा आप प्रतिदिन अपने बच्चे को पहले दिन से पाच मिनट पहले सुला देने की कोशिश करें और ऐसा तब तक करती चली जाये जब तक वह शाम के 6 बजे से सो जाने की आदत न डाल ले और यदि आप ऐसा क्रमशः करेंगी तो आपका बच्चा शाम को जल्दी सोने में कोई आपत्ति न करेगा।

इस सलाह को कार्यान्वित करने के लिये प्रत्येक मा के लिये यह जरूरी है कि वह यह काम बड़ी एकाग्रता से करे। इसमें परिश्रम अवश्य पड़ेगा—लेकिन यह ऐसा श्रम है जिसे करना हर तरह से लाभदायी होगा।

कुछ बच्चों को सोने में बड़ी देर लगती है और उनके लिये चुपचाप लेटना बड़ा कठिन होता है। यह बात दिन में सोते वक्त भी होती है और रात को भी हो सकती है।

बच्चे संकेत बहुत जल्दी समझते हैं। इसलिये यदि मा के दिमाग में ही यह बात हो कि उन्हें जल्दी सुलाना बड़ा कठिन है और वे शान्तिपूर्वक लेटेंगे नहीं, किसी-न-किसी तरह का ऊधम अवश्य करेंगे तो निश्चित समझिये कि एक-न-एक मौके पर वे ऐसा जरूर कर बैठेंगे। जो लोग ऐसे मौकों पर धीरतापूर्ण विश्वास से काम लेते हैं और बच्चे के शांतिपूर्वक न लेटने का भी जिन पर कोई असर नहीं होता और वे बराबर यही विश्वास बनाये रखते हैं कि बच्चा थोड़ी ही देर में चुपचाप लेटकर सो जायेगा, वे अपने कार्य में सफल होते हैं और बच्चे को विश्राम की मुद्रा और निद्रा के अंक में जाने में सक्रिय सहायता देने में समर्थ सिद्ध होते हैं।

जो मा अपने बच्चे को इस प्रकार सोने में सहायता करना चाहती हो उसे दिन में या रात में सोने के समय के कुछ पहले बच्चे से कोई ऐसा खेल खेलने या काम करने के लिये कहना चाहिए जिसके बाद वह आसानी से सो जाता हो। कुछ माताओं को शायद यह अनुभव हो कि उनका बच्चा कोई शान्त खेल खेलता हुआ सो जाता है तो कुछ माताओं को ऐसा लगता है कि उनका बच्चा थोड़ी देर कोई उछल-कूद का खेल खेलने के बाद सो जाता है।

बच्चे को शांतिपूर्वक सोने के कुछ मिनट पहले यह बतला देने से कि सोने का

समय हो गया है बच्चा नींद की गोद में जाने के लिये अपने आपको तैयार कर लेगा। यदि बच्चा कोई आपत्ति करे तो उसकी वह आपत्ति ढग से दूर कर देनी चाहिए लेकिन बच्चे को ऐसा नहीं लगना चाहिए कि उसे कोई घूस या रिश्वत दी जा रही है। बच्चे को सोने की तैयारी के रूप में कोई खेल खेलाना अच्छा होता है और जैसे ही उसकी सारी आवश्यकताएँ पूरी हो जायें। बच्चे को सोने के लिये एकान्त में छोड़ देना चाहिए। कुछ बच्चों की आदत पड़ जाती है कि वे तरह-तरह की चीजें शाम को सोते वक्त मांगते हैं और ऊपर-नीचे दौड़कर चीजें चुटाने में माँ की कमर दुख जाती है। यह सच है कि बच्चे की पुकार पर बिल्कुल ही ध्यान न देना बड़ा कठिन है या जब वह रोता हो तो उसके पास जाने से अपने आपको रोकना भी असंभव है लेकिन यह भी सच है कि जब तक बड़े बच्चे को एकान्त में सोने की आदत नहीं डालेंगे तब तक वह बराबर इसी प्रकार तग करता रहेगा। एक बार जब आपको बच्चे को अकेले में छोड़ने में सफलता मिल जायेगी तो आपका विश्वास जाग उठेगा और बच्चे का यह सोचना कि वह माँ को हर वक्त अपनी सेवा के लिये बुला सकता है दूर हो जायेगा लेकिन ऐसा करने के लिये सुनियोजित योजना के अलावा अपने ऊपर पूर्ण विश्वास की जरूरत है। यदि एक बार भी ढील डाल दी गयी तो सम्भव है कि अंतिम सफलता प्राप्त करने में काफी समय लग जाये।

मान लीजिए आपने बच्चे की सोने की समस्या को सफलतापूर्वक सुलझा लिया लेकिन बहुत सम्भव है कि इतने पर भी बच्चे की विश्राम की समस्या पूरी तरह न सुलझी हो। बच्चे को ऐसा समय भी मिलना चाहिए जिसमें वह शांतिपूर्वक मनचाहे विश्रामदायी काम में अपने आपको लगा सके। यह सोचना गलत है कि बच्चे के काम में लगे रहने का अर्थ हमेशा उछलना-कूदना, शोर मचाना या सोचना ही होता है। यह भी बड़ा अबुद्धिमत्तापूर्ण होता है कि माँ उसके हर काम पर बहुत अधिक ध्यान रखे और बात-बात में बच्चे को टोके। बहुत अधिक सुझाव देना भी ठीक नहीं होता। कभी-कभी लम्बे समय तक उसे एकान्त में बराबर खेलते रहने देना चाहिए।

इस प्रकार के एकान्त में खेले जाने वाले विश्रामदायी खेलों की आवश्यकता के महत्त्व को भली-भाँति समझने की जरूरत है क्योंकि आजकल के गुलगपाडे के युग में अक्सर लोग इसके महत्त्व को समझते नहीं हैं। लेकिन बच्चे के हर कार्य का अपना एक विशेष मूल्य होता है और किसी भी अवस्था में उसकी उपेक्षा नहीं की जानी चाहिए। बच्चे को ऐसा समय भी मिलना चाहिए जिसमें वह भागे, दौड़े, कूदे और फादे जिससे उसके अवयव पुष्ट हो सकें और उसे अपने शरीर को संतुलित करने का अभ्यास बना रहे। इसके साथ ही उसे कुछ ऐसा भी समय मिलना चाहिए जिसमें वह बहस कर सके, अभिनय कर सके, सगीत सुन सके, गा सके, पढ़ सके और चित्रकारी कर सके। ऐसा करने से धीरे-धीरे वह आत्म-निर्भर हो जायेगा और

अपने कामों के लिए बड़ों की सहायता का मुह नहीं ताकेगा। वह अपने आप अपने कपड़े पहन लेगा, अपने कपड़े तथा हाथ-मुह धोना सीख लेगा, अपने हाथ से भोजन कर लेगा और खेलने के बाद अपने खिलौने भी सभालकर रख लेगा। बच्चे के आत्मनिर्भर बनने में बड़ों का भी कुछ कम हाथ नहीं रहता। मा को यह बराबर ध्यान रखना चाहिए कि बच्चे को अपनी आवश्यकतानुरूप हर काम करने का मौका मिल रहा है या नहीं—इन कामों में शारीरिक, मानसिक और आध्यात्मिक सभी प्रकार का कार्य आ जाता है। ऐसे मौकों मिलने से ही उसके व्यक्तित्व का सर्वांगीण विकास हो सकेगा। इसके अलावा मां को बच्चे के विकास की गति समझने की क्षमता भी होनी चाहिए और उसे मालूम होना चाहिए कि किस अवस्था में बच्चा किस प्रकार की सफलता प्राप्त कर सकता है। यही नहीं, बच्चे से कुछ सोदेश्य काम भी कराना चाहिए जिससे बच्चे को अपनी छोटी-सी दुनिया में रहने का अनुभव होता रहे। उससे मेजों के लगाने में मदद ली जा सकती है। तश्तरियां उठवाने का काम लिया जा सकता है। तश्तरियों के धोने के काम में भी बच्चे से मदद ली जा सकती है। बच्चे से सदेश भी भिजवाये या मगवाये जा सकते हैं।

यह सब सुनने में जितना कठिन लगता है—वस्तुतः व्यवहार में उतना कठिन नहीं है क्योंकि किसी एक दिन बच्चे से ये सारे काम करा लेने जरूरी नहीं हैं। दूसरे बच्चे की रुचियों और प्रवृत्तियों से अपने आप पता चल जाता है कि उससे किस प्रकार का काम लिया जाना चाहिए।

बच्चों के खेलों, खिलौनों तथा कार्य आदि के बारे में कुछ उपयोगी सुझाव

1. बच्चा यदि चुपचाप काफी देर तक खेल लिया हो तो यह अच्छा है कि उसके बाद उसे दौड़-धूप और उछल-कूद का कोई खेल खेलाया जाये।
2. यदि किसी कार्य में बच्चे को बहुत दौड़ना-भागना पड़ा हो तो उसके बाद उससे कोई ऐसा काम लेना चाहिए जिसमें कम चलना-फिरना पड़े या हाथ-पैरों का किसी भिन्न तरीके से प्रयोग करना पड़े।
3. एक काम या खेल के बाद दूसरा काम या खेल बतलाने के बीच बच्चे को थोड़ा-सा विश्राम का समय देना चाहिए।
4. बच्चे के खिलौनों में कुछ ऐसा भी सामान होना चाहिए जिससे वह कुछ अपना काम भी कर सके।

अगले अध्याय में हम लोग बच्चे के विभिन्न खेल-खिलौनों और कार्यों के महत्त्व और उपयोग पर विस्तारपूर्वक विचार करेंगे।

बच्चे की गतिविधि से संबंधित एक और भी प्रश्न है और वह है बच्चे की अन्य बालकों के साथ दोस्ती। कुछ माता पिता के लिये बच्चे को अकेले खेलने देने की

अपेक्षा उसे सामूहिक रूप से खेलने देने की व्यवस्था करने में कठिनाई होती है, लेकिन जो भी हो, बालकों की पारस्परिक मैत्री का महत्त्व भली-भांति समझ लेने की आवश्यकता है जिससे जब बच्चा अन्य बच्चों के साथ खेलने जाये तो उस अवसर का पूरा-पूरा लाभ उठाया जा सके।

सामूहिक खेलों द्वारा बच्चा हिस्सेदारी की भावना सीखता है। उसे अपने दाव लेने की शिक्षा मिलती है। वह समूह में अपने आपको विलयित करना सीखता है। वह सयुक्त प्रयत्नों का महत्त्व भी समझने लगता है। और इसमें भी सभवतः सबसे महत्त्वपूर्ण बात यह है कि दूसरों के साथ खेल और भी अधिक जीवनदायी, उत्तेजनाकारी और अधिक प्रसन्न करने वाला हो जाता है।

बच्चों की गतिविधि और विश्राम की समस्या के सबंध में मुझे जो अनुभव हुए हैं उन्हें मैं नीचे दे रही हूँ। इनसे एक-दूसरे का पारस्परिक सबंध जानने में सुविधा होगी।

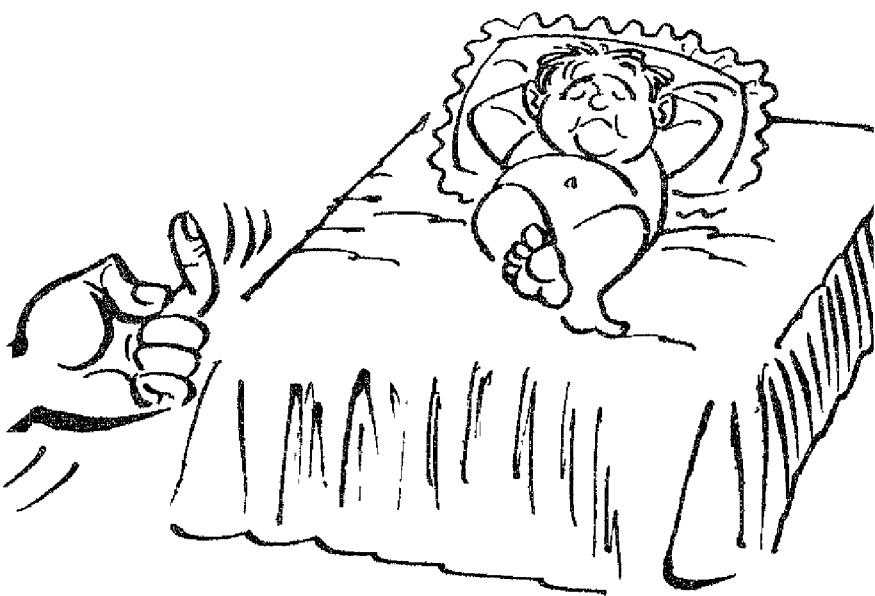
(अ) अस्पताल में अठारह महीने का बच्चा

इस अध्याय का यह पहला दृष्टान्त है। इसमें यह बतलाया गया है कि बच्चे के थक जाने पर उसकी क्लान्ति के लक्षणों को तत्काल समझ लेने की आवश्यकता है और यह जरूरी है कि उसके बाद बच्चे को बहुत अधिक उत्तेजित न किया जाये—खासतौर से नाजुक स्वास्थ्य वाले बच्चे को या ऐसे बच्चे को जो हाल ही में बीमारी से उठा हो।

भारत के एक बड़े नगर की बात है। वहाँ एक अस्पताल के बच्चों के विभाग में 18 मास के रवि नाम के बच्चे को भर्ती किया गया। वह अस्वास्थ्यकारी भोजन के कारण उत्पन्न रोगों से पीड़ित था और क्लान्ति का मरीज था। कई सप्ताह तक उसकी हालत बहुत खराब रही। उसे हर तरह का भोजन अदल-बदल कर दिया गया लेकिन कोई लाभ नहीं हुआ। वह चुपचाप पड़ा रहता। न हिलता, न डुलता। ऐसा लगता जैसे वह बड़ा दुखी है। वह न किसी चीज की ओर देखता न किसी व्यक्ति को ही पहचानता।

आखिरकार, उसकी दशा में कुछ सुधार हुआ। वह धीरे-धीरे खाट पर उठकर बैठने लगा और अस्पताल की तरफ से जो खिलौने उसे दिये गये थे—उनसे खेलने भी लगा। यदि उसके पास से कोई नर्स निकलती तो उसे देखकर किलकारी भी मारता। जैसे-जैसे उसकी शक्ति बढ़ती गयी वैसे-वैसे वह अपने खटोले की बाढ को पकड़कर उठने भी लगा। उठने के बाद धीरे से वह बाढ के सहारे एक कोने से दूसरे कोने तक चलने भी लगा। अस्पताल के सभी लोगो ने बच्चे के स्वास्थ्य में होने वाली प्रगति को अत्यन्त रुचिपूर्वक देखा। आखिरकार वह दिन भी आया जब उसे वार्ड

भर में घूमने की इजाजत दे दी गयी। वह कभी इस मेज को पकड़ता तो कभी उस कुर्सी को पकड़ता, तो कभी नर्स का सहारा लेता हुआ पूरे वार्ड में घूमता। सबके लिये यह बड़ी खुशी की बात थी लेकिन उस समय किसी ने यह नहीं समझा कि रवि के लिये यह श्रम कैसा होगा। बीच-बीच में वह रुक जाता, जैसे उसे अपने आप पर बड़ा आश्चर्य हो रहा हो और फिर बड़े जोरो से किलकारी मारकर हसता। बहुत-सी नर्सें उसके पास इधर-उधर खड़ी हो जाती तथा उसे उत्साहित करती और उसकी खुशी का आनन्द लेती। सब लोग उसके पिछले रोग के सारे लक्षण को भूल गये। अब उन लोगों की निराशा की कल्पना कीजिए जब उसी दिन बच्चे के बहुत अधिक खुश हो जाने के परिणामस्वरूप तथा अनन्त्यस्त काम करने की वजह से बालक पुनः बीमार पड़ गया। उसे बिल्कुल नींद नहीं आयी और सहसा तेज ज्वर चढ़ आया। सौभाग्यवश, बच्चे की यह बीमारी अल्पकालीन ही सिद्ध हुई। लेकिन इसके बाद



उसके चलने की कला सीखने के प्रयत्नों को अत्यन्त सावधानी से सीमित रखा गया। इस घटना के बाद उसे पहली बार चलने दिया गया तो चलने का समय बहुत थोड़ा रखा गया।

ज्यो-ज्यो रवि बलवान होता गया त्यों-त्यों उसकी गतिविधि का क्षेत्र भी विस्तृत होता गया। उसने धीरे-धीरे अपने खिलौनों को खटोले पर से जमीन की ओर फेंकने की आदत डाल ली। वह अपनी जगह से जितनी जोर से हो सकता जमीन पर दूर तक अपना खिलौना फेंक देता और इसके बाद खटोले पर से तब तक चिल्लाता और इशारे करता जब तक कोई उसका खिलौना उठाकर न दे देता। पहले तो इस तरफ किसी ने ध्यान नहीं दिया लेकिन बाद में देखा गया कि जब वह प्रतीक्षा करते-करते थक जाता तो अपना बिस्तर उलट देता और तकिये के गिलाफ को उतार देने की चेष्टा करता। अपने कार्य में वह इतना सफल पहले कभी नहीं हुआ जितना उस दिन जिस दिन अस्पताल के संचालकों का मडल व्यवस्था निरीक्षण करने के लिये आया। संचालक तीसरे पहर तीन बजे आने वाले थे और तीन बजने के एक मिनट पहले सब बच्चों को सबसे अच्छे कपड़े पहनाकर तैयार कर दिया गया। चारों तरफ वार्ड में खूब सफाई कर दी गयी थी और नर्सों ने अपनी सफलता पर चैन की सांस ली थी। दरवाजा खुला और आगन्तुकों के स्वागत के लिये आगे बढ़कर जाने वाली नर्सों में से एक ने भयमिश्रित आश्चर्य से देखा कि रवि एकदम नगा खड़ा है, उसके कपड़े चारों तरफ बिखरे पड़े हैं और तकिये का गिलाफ लगभग अलग पड़ा हुआ है। हुआ यह था कि जल्दी-जल्दी में नर्सों को उसे उसके खिलौने देने का ध्यान ही नहीं रहा था और उसके नये कपड़े बड़े ढीले-ढाले और बहुत कसकर नहीं बंधे थे—इसलिये वह किसी प्रकार उन्हें उतार फेंकने में सफल हो गया। अपने प्रयोग की सफलता से उसे एक प्रकार की नयी शक्ति मिल गयी थी और यदि नर्स ठीक समय पर उसे न देख लेती तो शायद वह अपने सारे बिस्तर ही उलट देता।

(आ) घर में चार वर्ष का बच्चा

नीचे लिखे दृष्टान्त से हम यह जान सकेंगे कि बच्चे को कब और कितनी सहायता करनी चाहिए।

राहुल की आयु 4 वर्ष की थी। वह दिन-भर घर में अकेला ही खेला करता था क्योंकि उसकी 6 वर्ष की बहन दिन में पढ़ने स्कूल चली जाती थी। वह कभी ईंटों और पत्थरों से खेला करता था तो कभी अपनी ट्रेन से। कभी अपनी चित्र पुस्तक खोल लेता था तो कभी रेत में गड्ढे खोद लेता था। कभी-कभी छोटे-छोटे थैलों में वह तौल-तौलकर पत्थर भरता था तो कभी उसे बुलबुले बनाकर उड़ाने ही में मजा आता था। लेकिन जब वह कोई ऐसा काम करने लगता जिसमें उसका बालसुलभ

कौशल सफल न होता और मनोवांछित सफलता न मिलती तो वह जोर-जोर से रोता। इस रोने से उसकी अधीरता और रुष्टता दोनों प्रकट होती थी। ऐसा अक्सर उस समय होता जब वह कागज की चैन बनाने की कोशिश करता या लकड़ी के दो टुकड़ों को जोड़ने की कोशिश करता। उसमें इतना धैर्य नहीं था कि यदि कोई कठिनाई काम के बीच में आ जाये तो वह दृढ़-उद्योग की भावना से उस काम को करता चले और उसे पूरा कर ले। कागज की चैन बनाने में वह कभी तो हाथ और कागज में आवश्यकता से अधिक लेई पोत लेता, तो कभी कागज के टुकड़ों को बहुत छोटा काटता या कागज इतना मोटा काट लेता कि वह आखिरी छेद से गुजरता ही नहीं था; लेकिन इन सारे दोषों के होते हुए भी वह उनका प्रयोग ऐसे करता था जैसे सामग्री में कोई दोष ही न हो। यदि अन्त में आखिरी छेद से गोलाकार कागज की पट्टी न गुजर पाती तो वह अपनी असफलता पर जोर-जोर से रोता और फिर झुझलाकर जो कुछ बना होता उसे फाड़ डालता।

यदि इस बीच उसकी मां वहा होती तो वह उसके हाथ और कागज की अतिरिक्त लेई पोंछ देती, कागज की पट्टी यदि चौड़ी होती तो उसे पतली कर देती और चैन बना देने में मदद कर देती तो राहुल खुश हो जाता। मां यह जानती थी कि राहुल के लिये यह किसी भी प्रकार उचित नहीं है कि वह इतनी बुरी तरह से नाराज तथा अनुत्साहित हो जाये कि अपना किया सारा काम नष्ट कर दे, विशेषकर, उस समय जब कि इस प्रकार के क्रोध का परिणाम यह होता हो कि वह कुछ समय के लिए वह काम ही करना छोड़ देता हो, लेकिन उसकी मां शायद यह नहीं जानती थी कि 4 वर्ष की अवस्था के बालक की भी अपनी कुछ सीमायें होती हैं। वह हर बात में सफल नहीं हो सकता। जैसी निराशाएँ और परेशानियाँ राहुल को होती थी वैसे चीजें अक्सर उस आयु के बालकों को स्वभावतः होती हैं।

यदि उसकी मां ने 4 वर्ष के बहुत-से बच्चों के विकास का अध्ययन भी किया होता तो भी शायद वह राहुल को कितनी सफलता मिलनी चाहिए—इसका अन्दाज नहीं लगा सकती थी क्योंकि किसी अवस्था में कोई बालक कितनी सफलता प्राप्त करेगा—यह इस बात पर निर्भर करता है कि उस बालक की अपनी क्षमता क्या है और उसकी अपनी निजी और विशेष कठिनाइयाँ क्या हैं। मां उसकी सफलता को उस समय बड़ी अच्छी तरह आंक सकती थी जब वह अपने बच्चे की वर्तमान सफलता की तुलना उसकी पिछली सफलताओं से करती और इससे बालक के सम्बन्ध में उसकी अपनी निजी धारणा भी बहुत अच्छी बन सकती थी। लेकिन उसका यह सोचना भी ठीक था कि बालक का बहुत ज्यादा नाराज होना और अनुत्साहित होना उसके लिये लाभप्रद नहीं है। उसने उस समय वह मौलिक सत्य भी स्पर्श कर लिया था जब यह सोचा था कि 4 वर्ष के बालक को हर बात में

सफलता नहीं मिल सकती और एक हद तक बच्चे को निराश होने की आदत भी डालनी होगी।

यह अनिवार्य है और इसलिए बहुत महत्वपूर्ण भी है कि बच्चे को कुछ ऐसे विशेष अवसर दिये जायें जिनमें वह पूर्ण सफलता प्राप्त करने के आनन्द को अनुभव कर सके। यदि बालक हर चीज या हर काम ऐसा उठाता है जो बहुत ही कठिन है तो उसकी आदत या तो हर बात में बड़ा की सहायता प्राप्त करने की पड़ जाती है या यह पड़ जाती है कि वह उस चीज या कार्य को अत्यन्त निराश होने के बाद छोड़ दे। इसके दो परिणाम हो सकते हैं। पहला तो यह कि वह बड़ों की सहायता का आदी हो जाये और दूसरा यह है कि वह निराश होने के बाद फिर उस काम को कभी करे ही नहीं। इन दोनों बातों का अंत में जाकर यह फल होगा कि बच्चा आलसी हो जायेगा और उसमें किसी काम के करने का उत्साह शेष नहीं रह जायेगा।

किसी कठिनाई में बच्चे की मदद करने में यह ध्यान रखना चाहिए कि बड़ा अपने कार्य से बच्चे को कम-से-कम सहायता दे और उसे यह बतला दे कि पिछली बार की अपेक्षा इस बार बच्चे को कम सहायता की आवश्यकता पड़ी है क्योंकि अब वह क्रमशः अधिक होशियार होता जा रहा है। मां को बच्चे के प्रयत्न के लिए हमेशा प्रशंसा करनी चाहिए जिससे बच्चा अंत तक उस काम को निभा ले जाये। बच्चे के लिए सबसे कठिन बात यह होती है कि वह एक काम को पूरा करने के लिए जितना चाहिए उतना श्रम और प्रयास नहीं कर पाता है। उसे यह सिखाना चाहिए कि कठिनाइयों पर विजय प्राप्त करने के लिए परिश्रम की कितनी आवश्यकता है जिससे वह जो काम शुरू करे उसे पूरा कर सके। कभी-कभी बच्चे अपना छुटपना दिखलाकर बड़ों का ध्यान अपनी ओर आकृष्ट करने का प्रयत्न करते हैं और तत्काल सहायता मांगते हैं या रोने लगते हैं लेकिन स्पष्ट है कि बड़ों को ऐसी बातों में उनकी मदद नहीं करनी चाहिए। बल्कि जब भी संभव हो सहायता तभी की जाये जब बच्चा अपनी ओर से सारे प्रयत्न कर ले और विवेक सम्मत व्यवहार करे।

राहुल एक दिन 'नेता के पीछे चलो' खेल खेल रहा था। उसके साथ अन्य बहुत-से बच्चे भी थे और उनकी चाची भी थी। पहले तो राहुल बहुत अच्छी तरह खेलता रहा लेकिन ज्यो-ज्यो समय बीतता गया राहुल ने देखा कि उसकी तरफ कोई विशेष ध्यान नहीं दिया जा रहा है। नतीजा यह हुआ कि वह थोड़ी ही देर में खेल से यह कहता हुआ अलग हो गया, 'मैं नहीं खेल सकता। यह खेल मेरे लिए बड़ा कठिन है। मैं और नहीं खेलना चाहता। अब हम लोग कोई दूसरा खेल खेलें।' चाची ने समझ लिया कि बच्चे के दिमाग में क्या है। इसलिए उन्होंने कह दिया, 'क्यों, हम सबको तो यह खेल खूब पसन्द आ रहा है और हम लोग तो इसे खेलेंगे। लेकिन हा, तुम यदि न चाहो तो मत खेलो।' थोड़ी देर तो राहुल यो ही धूमता रहा लेकिन जब

उसने देखा कि उसकी तरफ कोई ध्यान ही नहीं दे रहा है तो वह फिर आकर खेलने लगा।

(इ) 6 वर्ष की बच्ची का खेल

अब हम एक विल्कुल भिन्न प्रकार के बच्चे के सम्बन्ध में विचार करेंगे। आभा की आयु 6 वर्ष की थी। वह स्वभाव से ही बड़ी चतुर, कल्पनाशील और बहुत अधिक खुश हो जाने वाली लड़की थी लेकिन दस्तकारी के काम में वह बहुत अधिक सफल नहीं हो पाती थी। यदि हाथ के काम में उसे किसी कठिनाई का सामना करना पड़ता तो या तो वह अपनी योजना ही बदल देती या किसी तरह काम पूरा भी कर लेती तो यह स्वीकार नहीं करती कि उसमें कोई त्रुटि रह गयी है। एक दिन वह तीन भालुओं के तसले और चम्मचे क्रमशः छोटे होते जाने वाले आकारों में बना रही थी जिससे वे प्रत्येक भालू का उपयुक्त लगे। सबसे पहले उसने सबसे बड़े भालू की चम्मच बनायी। लेकिन बीच में ही उसका प्लेस्टीसाइन (Plasticine) (यह ऐसा पदार्थ है जो प्लास्टिक का होता है और आजकल स्कूलों में 'मॉडल' बनाने के लिए मिट्टी की जगह इसका प्रयोग किया जाता है।—अनु.) कम रह गया और उसे ऐसा लगा कि शेष तसले और चम्मचों के लिए कम पड़ जायेगा। लेकिन उसने पुनः चम्मच बनाने के बजाय तीनों तसले और शेष दोनों चम्मच शेष सामग्री से ही बनायी। इनका अनुपात ठीक न था लेकिन वह फिर भी सबको बड़े गर्व से दिखलाती फिरी। उसने मां को भी अपनी बनायी चीजे इस तरह दिखलायी जैसे वह अपने काम से पूरी तरह सन्तुष्ट है। मा ने तुरन्त ही देख लिया कि एक चम्मच बहुत बड़ी हो गयी है, इसलिए उसने कहा भी, 'क्या सबसे बड़े भालू के लिए तसले में इतना बड़ा चम्मच डालना कठिन नहीं होगा?' आभा ने तुरन्त ही इसका उत्तर दिया, 'मैंने जान-बूझकर इसे बड़ा बनाया है क्योंकि वह तसले से शीरे को चम्मच में कर लेता है। वह चम्मच का प्रयोग इस तरह नहीं करता जिस प्रकार हम करते हैं।' मा इस उत्तर से कुछ अचभे में पड़ गयी और बोली, 'मैं इसकी जगह सामान्य ढंग की चम्मच बनाना ही पसन्द करती।' इस पर जरा लापरवाही से आभा ने उत्तर दिया, 'ओह! मेरा भालू इसी तरह का चम्मच अधिक पसन्द करता है। वह हमेशा अपने पास इसी तरह का चम्मच रखता है।'

आभा इस प्रकार से अपनी गलतियों की भी सफाई हमेशा तैयार रखती। इसके पहले कि वह अपनी गलती मंजूर करे उसे काफी सहायता की आवश्यकता पड़ती और यह भी ठीक है कि इस प्रकार के बच्चों के साथ व्यवहार करने का सबसे अच्छा तरीका यह है कि बड़े यह बतला दे कि बच्चे के उस स्पष्टीकरण में उनकी अपनी राय जरा भी नहीं बदली है। बच्चों को स्वयं इस बात से कभी-कभी बड़ी परेशानी



होने लगती है यदि उनकी गप्प वाली सफाई मान ली जाती है और वे अपना रास्ता नहीं तय कर पाते हैं। आभा की मा नीचे लिखी बातों में से कोई एक बात कहकर इस प्रकार अपनी प्रतिक्रिया व्यक्त कर सकती थी, 'मान लो कि एक दिन मैं तुम्हारे लिए कोट बनाने का कपड़ा खरीद लाऊँ और फिर गलती से कोट इतना बड़ा बना दूँ कि वह पीछे तो जमीन से लगता हो और फिर मेरे पास केवल बाहे बनाने के लिए कपड़ा रह जाये और मैं केवल बाहे ही बनाकर छोड़ दूँ। आगे का हिस्सा न बनाऊँ। तुम उस समय क्या सोचोगी यदि जब मैं मित्रों से यह कहना शुरू करूँ कि 'मैंने आभा के लिए इतना बड़ा कोट इसलिए बनाया है कि वह हमेशा इसी तरह का कोट पहनती है। वह इसी तरह का कोट पहनना ही पसन्द करती है ?' आभा जैसा चालाक बच्चा इस कहानी से मा का मतलब बहुत अच्छी तरह समझ जायेगा और वह जान जायेगा कि इस मामले में मां के दृष्टिकोण को वह अपनी चतुराई-भरी सफाई से भी बदल नहीं पायी है।

कभी-कभी अभिभावक इसी तरह की अतिशयोक्तिपूर्ण कहानिया सुनाकर बच्चे को यह बतला सकते हैं कि वे उसके स्पष्टीकरण से सन्तुष्ट नहीं हुए हैं।

(ई) निद्रावस्था में चलना और दुःस्वप्न

बहुत अधिक उत्तेजना से या स्नायुओ पर अन्य किसी प्रकार का भार पडने से नीद में बाधा पडती है और बच्चा दुःस्वप्न भी देखने लगता है।

मेरी परिचित एक अध्यापिका ने मुझे अपना एक अनुभव बतलाया। मेरी इन मित्र के भी दो बच्चे हैं। वे अक्सर कक्षा में बड़ी सनसनीपूर्ण कहानियां सुनाया करती थी। वे इन कहानियों की प्रतिक्रियाओं को उस समय तक नहीं समझ पायीं जब तक स्वयं उनके बालको में से एक उनकी कक्षा में नहीं आ गया और वे स्वयं उन कहानियों के असर को उन पर न देख पायीं। उन्होंने देखा कि उनका बच्चा अक्सर सोते-सोते डरकर जाग उठता है और उसकी बातों से पता चला कि उसने दिन में जो कहानी सुनी थी उसका कोई अंश उसके मस्तिष्क में उस समय भी चक्कर काट रहा है। जैसे ही अध्यापिका ने अपनी कहानियों की यह प्रतिक्रिया देखी वैसे ही उन्होंने कहानियों को इस ढंग से सुनाना बन्द कर दिया और कहानियों का प्रकार भी बदल दिया। इससे कहानियों द्वारा पैदा होने वाली बुराई दूर हो गयी।

कुछ माताएं सोने के समय भी बच्चों को कहानिया सुनाना पसन्द नहीं करती क्योंकि वे कहानियों से उत्पन्न होने वाली निद्राकालीन प्रतिक्रियाओ से डरती हैं, हालांकि उन्हें स्वयं इस बात से खेद होता है। बात यह है कि वे रात में सोते वक्त आसानी से अपना कुछ समय इस काम के लिए दे सकती हैं। इसके विपरीत कुछ माताओं का यह भी अनुभव है कि रात को सोने के वक्त बच्चों को कहानिया सुनाने

से कोई नुकसान नहीं होता।

राखी 7 वर्ष की आयु तक यदि सोते वक्त कोई उत्तेजनात्मक कहानी सुन लेती या खेल खेल लेती या वैसी ही किसी घटना का विवरण सुन लेती तो रात को सोते-सोते उठकर चलने लगती थी। कई बार वह सोते-सोते चारपाई से उतरकर नीचे चली गयी और उसने देखा कि वह बैठक में आ गयी है। कभी-कभी तो वह बिना जगो ही बैठक से थोड़ा-सा सहारा पाने के बाद अपने सोने के कमरे में चली आती तो कभी ऐसा भी होता कि वह स्वयं बैठक में पहुँचने पर जाग जाती या कभी वह लौटते हुए जाग पड़ती। इसके दूसरे दिन वह कुछ थकी और चिन्तित-सी प्रतीत होती और इस बात का प्रयत्न किया जाता कि वह बहुत अधिक उत्तेजित न हो पाये। उसे एक बार को छोड़कर सोते हुए चलने में कभी कोई नुकसान नहीं हुआ। एक बार ऐसा अवश्य हुआ था कि वह जीने के ऊपर से एकदम नीचे आ गिरी। उसके शरीर में इधर-उधर बहुत-सी खरोचे आ गयी थी लेकिन सौभाग्यवश बहुत अधिक चोट नहीं आयी।

देवकी 14 वर्ष की आयु तक कभी सोते में नहीं चली थी। लेकिन इसके बाद अकस्मात् उसने सोते-सोते चलना शुरू कर दिया और कुछ ही समय में यह रोग बड़े खतरनाक ढंग से बढ़ गया। 13 वर्ष की अवस्था में उसे सीनियर सेकेण्डरी स्कूल में पढ़ने के लिए भेज दिया गया। इसके पहले उसकी देखभाल और शिक्षा-दीक्षा के लिए घर पर ही एक अध्यापिका रहती थी। इसके पहले भी वह कुछ दिनों तक एक बोर्डिंग में रह चुकी थी। देवकी ने अपने आपको कुछ विषयों में बहुत अधिक पिछड़ा पाया। लेकिन वह बहुत अधिक होशियार थी, इसलिए उसने उन विषयों में बड़ा परिश्रम किया जिनमें वह बहुत अधिक पिछड़ी हुई थी और कक्षा की अन्य बालिकाओं के समकक्ष आ जाने का बड़ा प्रयत्न उसने किया। वह बहुधा आधी-आधी रात पढ़ती। नतीजा यह हुआ कि उसके स्नायु बहुत निर्बल हो गये। पहले वह कुछ अस्वस्थ-सी रही और निद्रावस्था में चलने लगी। वह अक्सर सोते-सोते नीचे चली जाती और रोशनी जलाने के बाद सवेरे के लिए सभालकर अपनी पुस्तकें रख देती और फिर कोई-सी एक पुस्तक खोलकर बैठ जाती और फ्रेंच की क्रियाओं को स्फुट स्वर में दोहराती। उसके माता-पिता बालिका की इस अवस्था से बहुत अधिक घबड़ा गये और उन्होंने निश्चय कर लिया कि वे देवकी को रात में बहुत अधिक देर तक नहीं पढ़ने देंगे और इसी निश्चय के अनुसार देवकी से कह दिया गया कि वह रात 9-30 बजे के बाद न पढ़े। इधर स्कूल में अध्यापिकाएँ उसे बराबर पहले की तरह ही घर पर करने के लिए काफी काम देती रहीं। ऐसा इसलिए हुआ कि घर और स्कूल के बीच कोई सहयोग नहीं था। अध्यापिकाओं को अपने अधिक काम देने का नतीजा मालूम ही नहीं हो सका। देवकी स्वयं तब तक प्रसन्न नहीं हो सकती थी जब

यह पिछली कमी को पूरा न कर लेती और कई महीनों तक न पूरे हो सकने वाले कामों के लिए दिये काम के बोझ से बराबर दबी रही। उसे इससे छुटकारा तभी मिलेगा जब उसने अन्य सहपाठियों की भांति योग्यता प्राप्त कर ली।

प्रश्नावली

आप विभिन्न आयु के ऐसे बच्चों के लिए कौन-से कार्य तजवीज करेगे जो बिस्तर छोड़ न सकते हों लेकिन उठकर बैठ सकते हों ?

यह क्यों महत्त्वपूर्ण है कि बच्चा अपने ही प्रयत्नों की असफलताओं से अनुत्साहित न होने पाये ? आप इस खतरे से कि बच्चे को बिना अपनी गलतियाँ झूठे बहानों से छिपाने का मौका न मिले किस प्रकार बचेंगे ? ('आ' और 'ई')

क्या आपका यह विश्वास है कि यदि कोई बच्चा एक बार कोई काम कर लेता है तो वह दुबारा भी उसे कर सकता है ? ('अ' और 'आ')

किसी दिन तीसरे पहर पानी बरस रहा हो और आपको लगभग 4 वर्ष की आयु के बच्चे सभालने पड़ जाये तो आप उन्हें तीन घण्टे तक किस प्रकार प्रसन्न रखेंगे ? यदि उन बच्चों की अवस्था 7 वर्ष की होगी तो आप अपनी योजना में क्या-क्या परिवर्तन करेगे ?

क्या आपने किसी बालक या बालिका को दुःस्वप्न देखते हुए या सोते-सोते चलते देखा है ? यदि हाँ तो अपना वह अनुभव बतलाइये। यह भी बतलाइये कि आपकी समझ से उसका क्या कारण था और बच्चे को वह रोग किस प्रकार हुआ ? ('ई')

आप किसी स्कूल में पढ़ने वाले बालक या बालिका को उसकी छुट्टी का समय या दिन बिताने के लिए क्या सलाह देगे ? हर एक बच्चे को छुट्टी मिलनी क्यों आवश्यक है और बच्चे की छुट्टी की गतिविधियाँ उसके स्वस्थ विकास की दृष्टि से क्यों महत्त्वपूर्ण हैं ? ('इ' और 'ई')

आपकी समझ से आपकी जानकारी में आया कोई बच्चा शोर क्यों मचाता है ? आप ऐसे बच्चे को शोर मचाने, खेलने या चुपचाप विश्राम करने में किस प्रकार सहायता देगे ? इस प्रकार के बच्चे में चुपचाप विश्राम करने की प्रवृत्ति को प्रोत्साहित करना क्यों लाभदायी होगा ? फिर भी जिन खेलों में शोर होता है उनका बच्चों के जीवन में क्या स्थान है ? ('अ' और 'आ')

अध्याय-5

खिलौने, कार्य और खेल

इसमें कोई सन्देह नहीं कि बच्चे के विकास में खिलौनों, खेलों तथा विभिन्न प्रकार के कार्यों से बड़ी मदद मिलती है, लेकिन यदि बच्चे को उनसे पूरा-पूरा लाभ उठाना है तो ये तीनों ही चीजों का किसी भी बच्चे के लिए अत्यंत सावधानी से चयन किया जाना चाहिए जिससे वे उसके तत्कालीन विकास-कार्य में सहायता भी कर सकें और बच्चे के सारे अंगों का व्यायाम भी हो सके।

आजकल बाजार में हर आयु के बच्चों के लिए हर तरह के खिलौने मिलते हैं लेकिन जब तक बड़े लोग उन खिलौनों की शैक्षणिक उपयोगिता से परिचित नहीं होंगे तब तक वे उपयुक्त खिलौनों को भली-भाँति नहीं चुन सकते।

इसलिए नीचे विभिन्न प्रकार के खेल-खिलौनों, कि शिक्षात्मक और शारीरिक उपयोगिताओं पर विस्तारपूर्वक प्रकाश डाला जा रहा है। आशा की जाती है कि अभिभावकों को इससे अपने बच्चों की आवश्यकता के अनुरूप खिलौनों के चुनने में सहायता मिलेगी।

सबसे पहली बात तो यह है कि अभिभावकों को कभी बच्चों को बहुत ज्यादा खिलौने नहीं देने चाहिए क्योंकि अधिक खिलौने देना खतरे से खाली नहीं है। यदि बच्चों के पास बहुत अधिक खिलौने हो जाते हैं तो वह एकाग्रता या आनंद के साथ उस खिलौने से नहीं खेल पाता जितना काम खिलौने होने पर, क्योंकि वह हर समय यही सोचता रहता है कि शायद दूसरा खिलौना उसे उस खिलौने से भी अधिक आनंद दे सके जिससे वह उस समय नहीं खेल रहा है और इस प्रकार वह अपने खिलौने लगातार बदलता रहता है।

बच्चों के खेल में बड़ों को प्राविधिक पूर्णता (Technical perfection) की आशा नहीं करनी चाहिए। यदि वह प्राविधिक दृष्टि से कोई दोषहीन काम कर लेता है तो इसका कारण है कि उसकी सामग्री ही वैसी है और उस सामग्री का वह अन्य किसी तरह प्रयोग नहीं कर सकता।

जहाँ बच्चों को प्रयोग की रहती है वहाँ वह प्राविधिक दृष्टि से त्रुटिहीन कार्य कभी नहीं करता

घर से बाहर खेलने के खिलौने

जो खिलौने बच्चों के लिए घर से बाहर खेलने के लिए बनाये जाते हैं उनका उद्देश्य शरीर के बड़े अवयवों का व्यायाम करा देना होता है और इन खिलौनों से बच्चा अपने शरीर को सन्तुलित करना सीखता है। ये खिलौने बच्चे के स्वस्थ विकास में अत्यन्त महत्वपूर्ण सिद्ध होते हैं।

ऐसे बहुत-से खिलौने बच्चे को दौड़ाते हैं, कुछ दौड़ाने के अतिरिक्त बच्चे को विभिन्न दिशाओं में अपना शरीर झुकाने की शिक्षा देते हैं तो कुछ खिलौने बच्चे को कुदाते हैं। ये सभी कार्य करने से बच्चे के रक्त का दौरा बढ़ता है, बच्चा गहरी साँसे लेता है और बच्चे के विभिन्न अंगों के स्वाभाविक प्रयोग में सहायता मिलती है।

इस सम्बन्ध में नीचे लिखे खिलौने अधिक उपयोगी प्रतीत होंगे हुप्स (Hoops) (इससे बालकों को दौड़ने के लिए और झुकने के लिए प्रोत्साहन मिलता है और शरीर का सन्तुलन करने का उनका अभ्यास बढ़ता है।) कूदने की रस्सी (इससे बच्चे का दौड़ने और कूदने का अभ्यास बढ़ता है), गेदे, गेंदों से बच्चे दौड़ते, कूदते और झुकते हैं तथा साथ ही फेंकने, ठोकर मारने और शरीर को सन्तुलित करने का भी उनका अभ्यास बढ़ता है।

कुछ खिलौने बच्चों को दौड़ने के बजाय टहलने का अभ्यास कराते हैं। इन खिलौनों में लड़के, लड़कियों में से सबसे लोकप्रिय खिलौने हीलबैरो (Wheelbarrow), गाड़ी, मोटर ट्रक या पहियेदार बक्स होता है। इनका उपयोग विभिन्न आयु के बच्चे करते हैं। गुड़िया की पहियेदार गाड़ी भी कुछ बच्चियों के लिए बड़ी आकर्षक सिद्ध होती है। किसी भी बच्चे को एक चीज को किसी एक स्थान से दूसरे स्थान पर हटाकर ले जाने में बड़ा आनन्द आता है। इसलिए यदि किसी खिलौने में उसे ऐसा करना पड़ता है तो बच्चे को वह खिलौना बहुत पसन्द आता है।

कुछ बच्चों को बाल्टी और फावड़ा बड़ा पसन्द आता है, विशेषकर उन स्थानों में जहाँ रेतीले गड्ढे होते हैं। इन खिलौनों से बच्चों की स्वस्थ गतिविधि को बड़ा प्रोत्साहन मिलता है। वे खेल के सिलसिले में झुकते हैं, बाल्टी भरते हैं, उसे उठाते हैं और एक स्थान से दूसरे स्थान पर ले जाते हैं। जल के खेल और खिलौनों से भी बच्चों को इसी प्रकार का प्रोत्साहन मिलता है।

जहाँ कहीं बाग हो वहाँ बच्चों के लिए कूदने का तख्ता बना देना चाहिए। (यह तख्ता लकड़ी के दो पट्टों को जोड़कर आसानी से बनाया जा सकता है।) इसके अलावा सन्तुलन का अभ्यास करने के लिए भी एक तख्ता बना दिया जाना चाहिए। इसी प्रकार के और भी खिलौने बनाये जा सकते हैं।

रेतीला गड्ढा भी बड़ी बहुमूल्य चीज है और जहाँ जगह हो वहाँ यह जरूर

बनाना चाहिए इस गड्ढे का जिस ऋतु में उपयोग नहीं उन दिनों या भरा-ढका भी जा सकता है

पैडिलो या लीवरों से चलने वाले खिलौनों को भी बच्चे बहुत ज्यादा पसन्द करते हैं। पैडिल के खिलौनों में सबसे महत्त्वपूर्ण बात यह है कि उसमें बच्चे के शरीर का सारा बोझ पैरो पर पड़ता है जिससे पैरो के मजबूत होने में बड़ी सहायता मिलती है। पैडिल वाले खिलौनों को खरीदते समय सबसे अधिक ध्यान रखने की बात यह है कि वह जिस बच्चे के लिये लिया जाये खिलौने का साइज उसके उपयुक्त हो। यदि खिलौना बड़ा या छोटा हुआ तो बच्चे को उसकी वजह से शारीरिक कष्ट हो सकता है। तीन पहिए की साइकिल का पैडिलाकार छोटे बच्चों के लिए सबसे अधिक उपयुक्त खिलौने होते हैं।

छोटी मोटरे तथा काठ के घोड़े, जिनमें बच्चा सीधा बैठकर पैरों द्वारा खिलौने को आगे बढ़ाता है उसके लिए बड़े लाभदायक खिलौने होते हैं, खासतौर से उस बच्चे के लिये जो बहुत मोटा होता है और आसानी से चलने-फिरने के लिए अपने पैरो का उपयोग नहीं कर पाता।

स्कूटर (यह एक ऐसा खिलौना होता है जिसमें एक तख्ते के नीचे दो पहिए लगे होते हैं। एक पैर तो तख्ते पर रख लिया जाता है। दूसरे पैर से इसे चलाया जाता है।—अनु.) बच्चों के लिए अच्छे नहीं होते क्योंकि उनसे उसके शरीर का केवल एकांगीय विकास ही हो पाता है। इसलिए उनका प्रयोग जहां तक हो सके न करना ही अच्छा होता है।

घर में खेले जाने वाले खेल

(क) निर्माण—बच्चों को निर्माण का काम करने में बड़ा आनंद आता है। निर्माण कार्य में बहुत प्रारंभ से ही उनमें रुचि पैदा हो जाती है और फिर आगे कई वर्षों तक यही रुचि बनी भी रहती है। निर्माण सम्बन्धी उनकी खिल्लौट में आधे इंच से लेकर छ इंच तक की लकड़ी की ईंटे (टुकड़े), तागे की खाली रींते, खाली डिब्बे, चौड़े और गोल तथा लम्बे लकड़ी के विभिन्न लम्बाइयों और आकार के टुकड़े होने चाहिए।

लकड़ी के टुकड़ों के ऐसे छोटे-छोटे बक्सों से भी मदद मिल सकती है जिनमें गोल और पोले टुकड़े हो साथ ही तिकोने और अर्ध वृत्ताकार टुकड़े भी हो। लेकिन यदि इस प्रकार का बक्स नहीं मिले तो भी कोई हर्ज नहीं है।

जब भी संभव हो बच्चों को बनाने का काम जमीन पर ही करने दिया जाये। बच्चे को जितनी ही अधिक जगह दी जायेगी उतना ही अच्छा रहेगा। इस प्रकार का कार्य करने से बच्चे के अनुपात का विवेक विकसित होता है उसकी निपुणता बढ़ती

है और वह आकार-प्रकार का अनुमान करने का अभ्यस्त होता जाता है। साथ ही यह भी भय नहीं रहता कि उसकी आखो या किन्ही अंगो पर विशेष जोर पड़ेगा।

(ख) खिलौने बनाना—मिट्टी या प्लेस्टीसाइन से खिलौने बनाने में तीन वर्ष की उम्र से ही बच्चों को बड़ा मजा आने लगता है और उसकी यह रुचि काफी समय तक बनी रहती है। बच्चे के लिये यह बड़ा उपयोगी कार्य है। वह जो कुछ देखता है इसके जरिए उसे ठोस रूप दे सकता है। किसी बच्चे के हाथ से बनाये गये खिलौनों को देखकर यह बतलाया जा सकता है कि वह जो कुछ चीजे देखता है उनमें से किनका और किस प्रकार का उस पर सबसे ज्यादा असर पड़ता है। जिन बातों की तरफ उसका ध्यान नहीं गया होगा—वे उसके बनाये खिलौने में नहीं होंगी।

अधिक उम्र के बच्चों के लिए प्लेस्टीसाइन के बजाय मिट्टी अधिक उपयुक्त होती है क्योंकि मिट्टी से बनाये गये खिलौनों को सुखाया, पकाया और रंगा जा सकता है। प्लेस्टीसाइन छोटी उम्र के बच्चों के लिये अधिक उपयोगी होती है क्योंकि इसका उपयोग हर वक्त किया जा सकता है और ज्यो-ज्यो बच्चा इसका प्रयोग करता जाता है त्यो-त्यो वह मुलायम (मिट्टी की तरह सख्त नहीं) होती जाती है।

बच्चों को रोटी या केक बनाने में मदद करने में भी बड़ा आनन्द आता है। इसके लिये गुधा हुआ आटा बड़ा अच्छा साधन है। वह गुधे आटे से मनचाही शक्ल की रोटी या केक बना सकता है और इनको अपनी मां द्वारा चूल्हे पर सेंकवा भी सकता है। इस खेल में बच्चे को हाथों और बर्तनों की सफाई की आवश्यकता की शिक्षा बड़ी आसानी से दी जा सकती है।

(ग) काठ का काम—कुछ बच्चों को काठ के टुकड़ों को जोड़ने में बड़ा मजा आता है। बड़े बच्चों को लकड़ी छीलकर उनके खिलौने बनाने में ही बड़ा सुख मिलता है। किसी भी प्रकार के काठ के काम में ठीक-ठीक सोचने की शक्ति, कठोर परिश्रम, चतुरता, सावधानी और कौशल की अनिवार्यता की आवश्यकता पड़ती है। इसलिये इस प्रकार के काम से बच्चों को अमूल्य शिक्षा मिलती है। जब भी बच्चे को लकड़ी का काम करने का अवसर मिले उसे इस अवसर से लाभ उठाने के लिये खूब प्रोत्साहित करना चाहिए। यह भी अच्छा होगा कि बच्चे को काठ का काम करने के लिये सामान ही खरीद दिया जाये। लेकिन यह सारी सामग्री बहुत अच्छी किस्म की होनी चाहिए क्योंकि निम्नकोटि के औजारों से काम लेना कठिन होता है और उनका फल हर तरह से असन्तोषजनक होता है।

(घ) कागज काटने, रंग भरने और चित्रकारिता के खेल—बच्चों को बड़ी आरंभिक अवस्था से ही पेंसिल, खडिया और रंगों का प्रयोग करने में विशेष आनन्द आता है। उनके प्रारंभिक प्रयत्नों में किसी भी वस्तु को चित्रित करने का प्रयास नहीं होता बल्कि पहले वे इन चीजों का प्रयोग केवल रंग का आनन्द प्राप्त करने के लिए

करते हैं। आगे चलकर भले ही बच्चे से कोई खास चीज दिखलाकर उसकी शक्ति बनाने के लिये कहा जा सकता है। देर या सवेर, हर हालत में बच्चा अन्त में इस परिणाम पर अवश्य पहुँचता है कि वह कोई-न-कोई शक्ति जरूर बना सकता है। इस कल्पना मात्र से उसे नवीन और विस्मयकारी अनुभव होता है। कुछ समय तक बच्चे के चित्र वस्तुतः चित्र न होकर प्रतीकमात्र होते हैं और केवल बच्चों की उस वस्तु की जानकारी का ही प्रतिनिधित्व करते हैं। पहले बच्चा एक प्रतीक का प्रयोग आदमियों के लिए करता है और दूसरे का जानवरों के लिए, लेकिन इसके बाद शीघ्र ही दोनों का अन्तर स्पष्ट हो जाता है। लड़कियों के बाल भी वह दिखलाने लगता है और लड़कों के बालों को दिखलाना जरूरी नहीं समझता। स्त्रियों को वस्त्र पहने दिखलाता है जब कि पुरुषों को हैट लगाये दिखाना देता है।

धीरे-धीरे बच्चे में दृश्यात्मक अनुपात का विवेक विकसित होता है और वह फिर ऐसे चित्र नहीं बनाता जिनमें केवल असंबद्ध वस्तुओं का ही चित्रण किया गया हो। हो सकता है—बच्चे में यह विवेक उत्पन्न होते-होते उसकी आयु आठ-नौ वर्ष की हो जाये। कुछ बच्चे शायद और बड़े हो जाने पर यह विवेक उत्पन्न करने में सफल हो सकें।

पानी के रंगों का प्रयोग बच्चों के लिये बड़ा आकर्षक होता है लेकिन बिना बड़ों की उचित देखभाल के उनके प्रयोग में बच्चों को बड़ी कठिनाई का सामना करना पड़ सकता है। बहुत-से बच्चे चित्र रंगने का अनुभव उन चित्रों को रंगकर प्राप्त करते हैं जो चित्र पुस्तकों में दिये रहते हैं। वे इन खाली चित्रों को पुस्तक में दिये हुए रंग को देख-देखकर रंगते हैं। यह अनुभव बच्चों के लिए बड़ा मनोरंजक होता है। लेकिन बच्चों को आगे चलकर बिना पेंसिल से चित्र बनाये केवल रंग द्वारा चित्र बनाने के लिए उत्साहित करना चाहिए। आरंभ में भी बच्चों को अच्छे किस्म के रंग दिये जाने चाहिए। क्योंकि खराब किस्म के रंग उपयोग में आने पर अच्छे नहीं सिद्ध होते और उनके परिणाम भी असन्तोषजनक सिद्ध होते हैं। इस संबंध में रीक्स के रंगों का नाम लिया जा सकता है। ये सस्ते भी होते हैं और डिब्बे का कोई रंग खत्म हो जाने पर उसे सस्ते दामों में खरीदा भी जा सकता है। लाल, नीले, पीले, काले, भूरे और सफेद जैसे आवश्यक रंगों के बक्स खरीद लेना चाहिए। इनके मेल से अन्य रंग आसानी से बनाये जा सकते हैं। बच्चों को अपने हाथ से कई रंग मिलाकर एक रंग बनाने में भी आनन्द आयेगा। दो प्रकार के लाल और नीले रंग भी मिलते हैं। इनकी विभिन्न रंगों को बनाने के लिये बच्चों को आवश्यकता पड़ती है। बच्चों को रंगों का मिलाना अच्छी तरह बता देना चाहिए। ऊंट के बालों के ब्रुश बहुधा कीमती पड़ते हैं लेकिन वे अपेक्षाकृत अधिक संतोषजनक होते हैं तथा सस्ते ब्रुशों की अपेक्षा अधिक समय तक चलते भी हैं।

बच्चों के हाथ में पोस्टरो के लिये काम में लाये जाने वाले रंग को देना तुलनात्मक दृष्टि से अधिक अच्छा होता है क्योंकि इन रंगों का प्रयोग आसानी से किया जा सकता है और वे चौड़ी सतहों के स्पष्ट और गहरे होने के कारण अधिक उपयुक्त होते हैं।

कागज काटकर खिलौने बनाना ऐसा दूसरा काम है जिससे बहुत छोटा बच्चा नहीं कर सकता लेकिन चार-पाच वर्ष की अवस्था के बालक को इस कार्य में बड़ा ही आनन्द आयेगा। पाच वर्ष के बालक को तेज कैंची देने से वह अधिक सफलतापूर्वक कागज काटने का काम करेगा और उसके बनाये काम में सफाई भी हो सकती है। ऐसा बच्चा ज्यादातर कैंची से काम लेना चित्रों को काटकर शुरू करता है लेकिन बच्चे को इस बात के लिए प्रेरित करना चाहिए कि वह पहले बिना पेंसिल से बनाये ही केवल कैंची की सहायता से कागज की कोई शकल काटे। बच्चों को अपने चित्रों को चिपकाने में भी मजा आता है, इसलिये उनको भूरा कागज और लैंड (जो आटे और पानी से घर में उबालकर बना ली गयी हो) दी जा सकती है।

(ड) कागज और फट्टे के खिलौने बनाना—कागज या फट्टे के खिलौने बनाने का काम बच्चों के लिए बड़ा दिलचस्प होगा। कागज के खिलौने बनाना अपेक्षाकृत आसान होता है लेकिन जरा मजबूत खिलौने फट्टे की सहायता से ही बनाये जा सकते हैं। थोड़े-से ही परिश्रम से बच्चा कागज की झालरे, पखे, लिफाफे आदि बनाना सीख जाता है। इसी प्रकार वह फट्टे के मकान, बक्स, मेज-कुर्सी आदि बनाना भी सीख लेता है। कागज या फट्टे किसी भी प्रकार के खिलौनों को पानी के रंगों से रंगा भी जा सकता है।

(च) सुई का काम, बुनना, काढ़ना आदि—आरम्भ में छोटी बच्चियों को सीने का काम सिखाने के लिए ऐसी सुई दी जानी चाहिए जिसकी आंख बड़ी हो और किसी भड़कीले रंग की मोटी-सी ऐसी रुई देनी चाहिए जिसे वह मनचाहे ढंग से आसानी के साथ काट सके। पहले तो लडकी थोड़ा-सा सामान बरबाद भी करेगी लेकिन शीघ्र ही उसका अपने उद्देश्य की सिद्धि के लिये प्रयोग करना शुरू कर देगी। वह इसी सामान से गुडियों का घर बना लेगी, बड़े दिन के अवसर पर उपहार देने की सामग्री तैयार कर लेगी और इसी प्रकार के और भी बहुत-से काम करने लगेगी। शुरू से ही सिलाई का कड़ा काम देने के बजाय आरम्भ में यह हल्का काम देना अच्छा होगा। इसमें सन्देह नहीं कि बच्ची को आवश्यकतानुसार अपनी मा के निर्देश समय-समय पर मिलते रहने चाहिए।

6 वर्ष से ऊपर की आयु वाली बालिकाओं के लिये फ्रेम में बुनाई का काम आकर्षक लगेगा। फट्टे का फ्रेम बनाने में मा की सहायता की आवश्यकता आरम्भ में अवश्य पड़ेगी लेकिन बच्ची को रंग चुनने और डिजाइन की पूरी छूट मिलनी

चाहिए। काम समाप्त हो जाने पर भी मा की सहायता की जरूरत उसे अंतिम स्वरूप देने के लिये पड़ सकती है।

टोकरी बनाने के काम में भी 6 वर्ष और इससे अधिक आयु वाले बच्चों को आनन्द आता है। यह काम बेंत, सन या सुतली से आरम्भ किया जा सकता है। बाद में बड़ी चटाइयां तथा टोकरियां बनाना भी बतलाया जा सकता है। बच्चे जैसे ही साधारण ढंग से बुनना सीख लेते हैं इसके बाद जैसे ही उन्हें कुछ कठिन ढंग की बुनाई भी आ जाती है।

बेत की बुनाई के लिये पर्याप्त कुशलता और मजबूत अंगुलियों तथा हाथों की जरूरत पड़ती है—इसलिए बेंत का काम 8 साल से नीचे के बच्चों के लिए उपयुक्त नहीं होता। लेकिन जैसे यह काम बड़ा अच्छा होता है। इसमें बच्चा बड़ी जल्दी गति प्राप्त करता है और परिणाम भी काफी सफलतापूर्ण होते हैं। आजकल बाजारों में लकड़ी के ऐसे साचे मिल जाते हैं जिन पर बेत का काम आसानी से किया जा सकता है। ये ढांचे ट्रे, टोकरियों आदि बनाने के लिये जरूरी होते हैं लेकिन कुछ ऐसी भी टोकरियां बनायी जा सकती हैं जिनमें ऐसे ढांचों की कोई जरूरत ही नहीं पड़ती।

बुनाई (Knitting) का काम भी कुछ बच्चों को बड़ा दिलचस्प लगता है। लेकिन इस काम में आरम्भ में उनको बड़ी सहायता की जरूरत पड़ती है क्योंकि बुनाई का काम काफी झंझटी होता है। इसमें कोई भी नौसिखिया तब तक कोई प्रयोग नहीं कर सकता जब तक कि वह बुनाई की कला को पूरी तरह सीख न ले।

कल्पित खेलों के लिये खिलौने

किसी भी बच्चे के लिये कल्पित खेल उसके विकास में बड़े सहायक होते हैं क्योंकि उनसे बच्चों की कल्पना को बल मिलता है और ऐसे खेल बच्चों को अपना ऐसा कल्पना जगत् बनाने में मदद करते हैं जहां वह अपनी इच्छानुसार जो चाहता है करता है और नित्य के जीवन की कठिनाइयों से परेशान नहीं होता। बच्चे अक्सर ऐसे खेल बिना किसी सामग्री के ही खेल लेते हैं और न केवल विभिन्न प्रकार की सामग्रियों की कल्पना ही नहीं कर लेते हैं बल्कि अभिनेताओं की कल्पना भी कर लेते हैं। फिर भी खिलौनों से तो उन्हें प्रेम होता ही है जिनसे उनका कार्य अपेक्षाकृत आसान हो जाता है।

ऐसी गुड़िया जिनको कपड़े पहनाये और उतारे जा सकें, बालोदार जानवर, गुड़ियों के घर, गुड़ियों के चाय के बर्तनों के सेट, भोजन बनाने के बर्तन, फर्नीचर, खिलौनों की दुकान, तराजू, इजन, ट्रेन, स्टेशन, पोर्टर, खेतों के लिये छोटे-छोटे जानवर आदि इस सम्बन्ध में उपयोगी होते हैं।

नर्स, पोस्टमैन, स्टेशन मास्टर, स्काउट आदि को पहनाने के लिये यदि वर्दिया

मिल जायें तो बच्चों की खुशी का क्या पूछना है ।

नगाड़े, ढोल, सीटियां, अण्डे आदि भी बच्चों को खुश कर देते हैं। फिर भी कल्पना के खेलों में बच्चों को खिलौनों की बहुत जरूरत नहीं पड़ती और यदि वे उन्हें न भी मिले तो भी बच्चे उनकी अधिक परवाह नहीं करते और इससे बच्चों को कोई खास नुकसान भी नहीं होता। ऐसे खेलों में बच्चों को बहुत ज्यादा खिलौने देने भी नहीं चाहिए क्योंकि ऐसा करने से उनकी कल्पनाशीलता के पनपने में बड़ी बाधा पड़ती है।

नाटक

बच्चे अपने जीवन के आरम्भिक काल में 'माइम' (एक प्रकार का कठपुतली का तमाशा) से गुडियो तथा अन्य खिलौनों की सहायता से अभिनय करना सीख लेते हैं। इसके बाद वे बाल-पाठशालाओं में सक्षिप्त नाटिकाओं द्वारा, जो प्रायः कविताओं और प्रहसन के रूप में होती हैं, अभिनय का अत्यन्त उत्साहपूर्वक अनुभव प्राप्त करते हैं। कभी-कभी वे अति साधारण वेशभूषा तथा नाटकीय सामग्री का भी प्रयोग करते हैं, कभी इन चीजों को बिल्कुल ही प्रयोग नहीं किया जाता। ऐसे खेलों में बच्चों को अधिक-से-अधिक भाग लेने देना बुद्धिमत्तापूर्ण होता है। उनको वेशभूषा, परिधान आदि की व्यवस्था और उसके प्रयोग की भी यथाशक्ति अधिक-से-अधिक छूट होनी चाहिए। ऐसा करने से बच्चों पर अधिक शिक्षात्मक प्रभाव पड़ेगा। घर और स्कूल दोनों स्थानों में बच्चों के नाटक एवं अभिनय सम्बन्धी कार्यों को सहानुभूतिपूर्ण दिलचस्पी से देखा जाना चाहिए।

बच्चों की इन्द्रियों को प्रशिक्षित करने वाले खिलौने और यंत्र

ऐसे भी बहुत-से खिलौने आजकल मिलने लगे हैं जिनका केवल एक विशेष और निर्दिष्ट पद्धति द्वारा ही उपयोग किया जा सकता है और जिनका उद्देश्य बच्चों की किसी विशेष इन्द्रिय को प्रशिक्षित करना होता है। ये खिलौने बच्चों की कल्पना-शक्ति को उर्वर बनाने के लिये नहीं होते हैं बल्कि इनका उद्देश्य बच्चों को शान्त करना होता है जिससे उसमें एकाग्रता की शक्ति बढ़े। लेकिन अभिभावकों को यह ध्यान रखना चाहिए कि एक बार में केवल एक ही यंत्र का प्रयोग किया जाये जिससे बालक की केवल किसी एक इन्द्रिय का ही व्यायाम हो।

इस प्रकार की यंत्र सामग्री का मॉण्टेसरी शिक्षा पद्धति में अत्यन्त सावधानी से वर्गीकरण किया जा चुका है। इसकी सहायता से बच्चा अपनी गति के अनुसार आगे बढ़ता चलता है। इनमें ऐसे यंत्र हैं जिनकी सहायता से बच्चों को साइज, आकार, शक्ति, रंग, वजन, स्वर और सुगन्धों तक को समझने की शिक्षा दी जा

सकती है। लेसों को बाधने तथा बटनों को लगाने का अभ्यास कराने के लिए वह फ्रेम भी होते हैं। इस बात की सम्भावना से तो इन्कार ही नहीं किया जा सकता कि बच्चा एकान्त और विश्राम के क्षणों में कुछ बहुमूल्य खोजे भी कर सकता है और वह इस प्रकार के यन्त्रों के प्रयोग से काफी प्राविधिक कौशल प्राप्त कर सकता है। लेकिन इस प्रकार की यन्त्र सामग्री अत्यन्त व्ययसाध्य होती है और थोड़े ही दिनों में बेकार भी हो जाती है, इसलिये यह घरों के बजाय स्कूलों के लिए ही अधिक उपयोगी होती है। इसी से संबंधित कुछ सस्ती सामग्री भी बाजारों में मिलती है लेकिन इसके खरीदने में बहुत सावधानी रखने की आवश्यकता है। काठ या धातु के फ्रेम के बजाय वही सामग्री फट्टों पर भी मिलती है लेकिन उपयोग में वह सन्तोषजनक सिद्ध नहीं होती, हालांकि सस्तेपन की वजह से उसकी तरफ स्वभावतः ध्यान जाता है।

जिगसाँ पजिज्ल्स (Jigsaw Puzzles) और इसी प्रकार के और भी बहुत-से खिलौने बच्चों को आकार और शक्तों की शिक्षा देने के काम में बड़े उपयोगी सिद्ध होते हैं और बच्चों द्वारा पसन्द भी किये जाते हैं।

डोमीनोज (Dominoes) द्वारा बच्चों को अकों के पहचानने में सुविधा होती है और बच्चों की सामग्री में यह बहुमूल्य चीज सिद्ध होती है।

चित्र-पुस्तकें—चित्र-पुस्तकों का चयन बड़ी सावधानी से किये जाने की आवश्यकता है। इनमें केवल अच्छी चित्र-पुस्तकें ही होनी चाहिए। इन चित्र-पुस्तकों में ऐसे चित्र होने चाहिए जो एक विशेष अवस्था वाले बालक के विकास में सहायता कर सकें। आजकल बच्चों के लिये बहुत-सी ऐसी पुस्तकें मिलने लगी हैं जिनको निश्चिन्तता से बच्चों के हाथ में दिया जा सकता है लेकिन पहले स्वयं इन पुस्तकों को पढ़ लेना अधिक बुद्धिमत्तापूर्ण होगा जिससे बच्चे के हाथ में उसके विकास में बाधा डालने वाली या किसी भी वजह से उसे दुखी कर देने वाली कोई पुस्तक न जा सके।

विविध खिलौने

(क) बुलबुले उड़ाने के लिए पाइप—बुलबुले उड़ाने के लिए मिट्टी के पाइपों के बजाय काठ के सीधे और मजबूत पाइप अच्छे होते हैं। इनकी शक्ति भी अच्छी होती है और ये ज्यादा दिन चलते भी हैं।

(ख) कौशल के खेल—अनेक प्रकार के कौशल के खेल भी आजकल बाजारों में मिलते हैं। चौखड़े, गेंद फेंकने के खेल, पासों के खेल, फूँक से खेले जाने वाले खेल, स्किटिल्स वगैरह का नाम लिया जा सकता है। इनमें से कुछ खेल बहुत सामान्य ढंग से बने होते हैं और उन्हें अच्छा नहीं कहा जा सकता और उनका शिक्षात्मक उपयोग

भी कुछ नहीं होता लेकिन कुछ अन्य खेलों में सचमुच कौशल की आवश्यकता होती है और उनसे पर्याप्त मनोरंजन भी होता है। लेकिन इस तरह के खेल बच्चों को बहुत कम दिये जाने चाहिए और इनको देने के पहले बड़ी सावधानी से चुना जाना चाहिए।

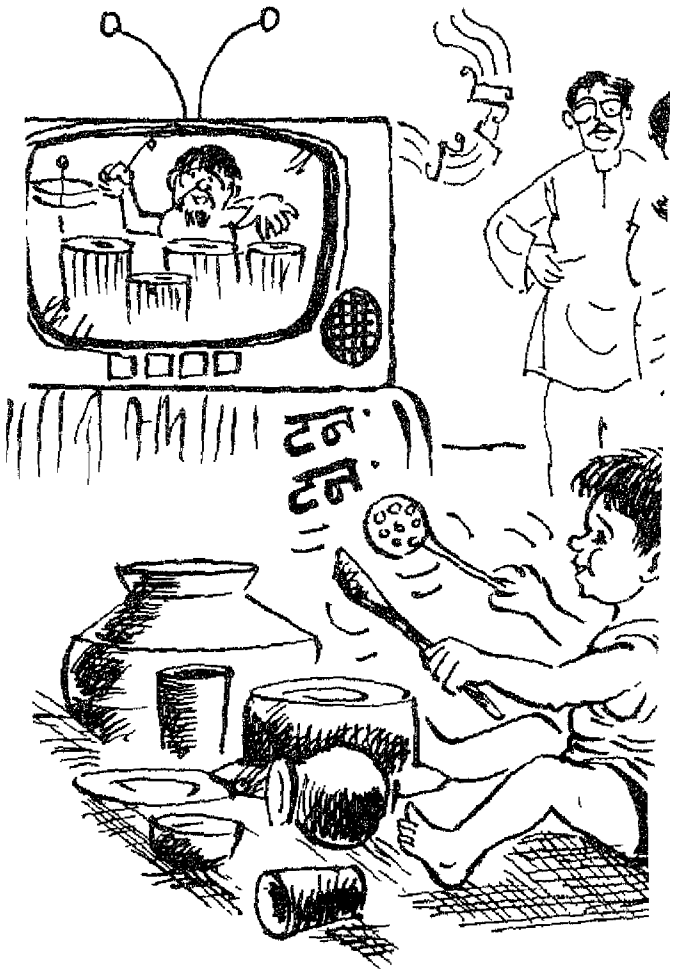
(ग) निर्माण कार्य की सामग्री—ऐसी सामग्री जिनसे विभिन्न प्रकार के मॉडल बनाये जा सकें बच्चों की निर्माण की शक्ति और कौशल को बहुत बढ़ा सकते हैं। मेकानो सेट्स (Meccano Sets) जैसी चीजें बच्चों के लिये बहुमूल्य सिद्ध होंगी।

आजकल लकड़ी के कुछ ऐसे टुकड़े भी बाजारों में आने लगे हैं जिनको मकान, पुल, गुडियो, गुड्डों के फर्नीचर आदि बनाने के लिये जोड़ा भी जा सकता है। प्रारम्भ में तो बच्चे इनसे बहुत अधिक आकृष्ट होते हैं लेकिन यदि इनकी कारीगरी अच्छी न हुई तो इनसे जो चीजें बनायी जाती हैं वे सन्तोषजनक रीति से टिक नहीं पाती।

(घ) तैयार चित्र—आजकल ऐसी भी बहुत-सी चीजें मिलने लगी हैं जिनकी सहायता से बच्चे बहुत जल्दी चित्र बना सकते हैं। तैयार चित्रों से पहले-पहल तो बच्चे बहुत जल्दी आकृष्ट होते हैं लेकिन उनका यह आकर्षण बहुत जल्दी ही समाप्त हो जाता है। इन चित्रों को दूसरे कागज पर उतारना कुछ बच्चों के लिये बड़ा आनन्ददायी कार्य होता है और इसमें काफी निपुणता की भी आवश्यकता पड़ती है।

संगीत

(क) गाना और तालयुक्त क्रियाएं आदि—प्रत्येक बच्चे को संगीत सुनने का पर्याप्त अवसर मिलना चाहिए जिससे वह गाने और ताल का अभ्यास कर सके। यदि घर में पियानो हो तो कोई भी बड़ा आदमी बच्चों के लिये उसे बजाकर अभ्यास करा सकता है। स्कूल में जो यह कार्य और भी सुविधापूर्वक हो सकता है। यदि स्कूल में संगीत शिक्षा की व्यवस्था हो तो घर में संगीत श्रवण की कोई व्यवस्था न हो तो भी कोई हर्ज नहीं। वैसे घर में संगीत की व्यवस्था होने से बच्चों का बड़ा मनोरंजन हो जाता है—इसमें कोई शक नहीं। बच्चों नाचना और उसकी धुनों को बहुत जल्दी सीखते हैं—शर्त यही है कि उन्हें इसके लिये प्रोत्साहित किया जाये। बच्चों की राग में गाने की योग्यता में बड़ा अन्तर होता है। कुछ बच्चों में छोटी-सी ही अवस्था में बिना किसी अधिक सहायता के राग के अनुसार गा लेते हैं जब कि कुछ बच्चों को नौ-दस वर्ष की अवस्था में भी रागयुक्त गाना गाने में कठिनाई होती है। कुछ अभिभावकों की यह धारणा होती है कि यदि कोई बालक पाच-छः वर्ष की अवस्था में राग सहित नहीं गा सकता तो वह आगे कभी न गा सकेगा। यह बहुत बड़ी भूल है। यदि बच्चा आरंभिक अवस्था में ही गा न सके तो उससे निराश होने की कोई बात नहीं है क्योंकि जिस प्रकार बच्चा शुरू-शुरू में एकदम शुद्ध नहीं बोल सकता उसी प्रकार यह भी संभव है कि वह आरम्भ में ही राग सहित गा न सके।



(ख) सामूहिक वाद्य संगीत (आर्केस्ट्रा)—बच्चों को सामूहिक वाद्य संगीत में भाग लेना बड़ा अच्छा लगता है। यदि उन्हें उचित ढंग के बाजे मिल जायें तो वे सामूहिक वाद्य संगीत (आर्केस्ट्रा) में बड़ी छोटी आयु से ही भाग लेना शुरू कर देते हैं। वाद में वायु और तन्तु वाद्यों का भी प्रयोग सीख सकते हैं। अधिकांश बच्चे ताल को बड़ी जल्दी समझ लेते हैं और यह अनुभव बड़ा उपयोगी होता है। सामूहिक बाल-वाद्य संगीत में भाग लेने से प्रत्येक बालक को समूह के साथ काम करने की शिक्षा मिलती है। वह संयुक्त प्रयत्नों का महत्त्व समझता है और अपने आपको समूह में विलयित कर देने का आनन्द अनुभव करता है।

(ग) ग्रामोफोन—ग्रामोफोन बढिया संगीत सुनने का बड़ा अच्छा साधन है। साथ ही बच्चे इसका आनन्द भी खूब लेते हैं। छोटे बच्चों को बालशालाओं की तुकबंदीयुक्त कविताएँ सुनना बड़ा अच्छा लगता है। उन्हें प्रादेशिक सामान्य प्रचलित लोकप्रिय धुनों भी अच्छी लगती हैं। लेकिन बड़ी आयु के बच्चों को प्रसिद्ध संगीतज्ञों की बालोपयोगी चीजे सुनवानी चाहिए।

(घ) वायरलेस—आजकल देश के प्रायः अधिकांश घरों में वायरलेस सेट्स स्थान पा गये हैं। इनके जरिये बच्चों को संगीत की अच्छी शिक्षा दी जा सकती है। इस बात का ध्यान रखना चाहिए कि रेडियो तभी बजाया जाये जब घर के प्रत्येक आदमी को उसे सुनने की सुविधा हो। बातचीत इस प्रकार न की जाये कि उससे रेडियो सुनने में बाधा पड़े। यदि ऐसी बाधा पड़ी तो बच्चों की यह आदत पड़ जायेगी कि वह आधी बात मनेगा और समझेगा कुछ भी नहीं।

लिखना-पढ़ना, और गिनती

इसमें कोई सन्देह नहीं कि औसत वयस्क व्यक्ति के जीवन में लिखने-पढ़ने और गिनती जानने का बड़ा महत्त्व होता है। लिपिबद्ध शब्दों द्वारा ही ज्ञान संचित किया जाता है और वर्तमान अतीत तथा भविष्य से सम्बद्ध रहता है। पढ़कर ही मनुष्य ज्ञान प्राप्त कर सकता है। अंकों की गणना से ही हम अपने दैनिक जीवन में होने वाले लेन-देनों की छोटाई-बड़ाई समझते हैं। इन लेन-देनों को हम अको द्वारा ही प्रकट कर सकते हैं। यद्यपि कुछ लेन-देन बिना इनकी सहायता के भी बतलाये जा सकते हैं।

यद्यपि ये तीनों ही चीजे किसी भी वयस्क व्यक्ति के लिये अत्यन्त महत्त्वपूर्ण हैं लेकिन बच्चा इनका महत्त्व धीरे-धीरे करके ही समझता है। वह अको में बहुत जल्दी दिलचस्पी लेने लगता है किन्तु वह काफी समय तक कोई भी कल्पनात्मक गणना नहीं कर पाता। हालांकि कठिन अंक प्रक्रियाएँ भी यदि वे भौतिक रूप में हैं तो वह उन्हें कर डालता है लिखित प्रतीकों की से बच्चे को कठिन गणना

कार्यों के लिए आकृतिक साधनों की शिक्षा नहीं देनी चाहिए। ऐसा तब तक नहीं करना चाहिए जब तक बच्चा सामान्य अंकों के क्रम को न समझ ले और वह कठिनतर गणना कार्यों के लिये अंकों के अतिरिक्त प्रतीकों की सहायता आवश्यक न समझे। उदाहरण के लिये यदि बच्चा यह समझता है कि 29 और 8 का जोड़ 37 होता है तो उसे यह समझने में अधिक कठिनाई नहीं होनी चाहिए कि बहुत-सी अकराशियों को इकाई, दहाई और सैकड़े आदि के हिसाब से एक के नीचे एक रखकर जोड़ा जा सकता है। लेकिन उसे दहाई को हासिल लगाने की विधि बिना यह समझाये बतायी जाती है कि दहाई क्या है। इससे बच्चा चकरा जाता है और उसे सिवाय हानि के कोई भी लाभ नहीं होगा।

इसी प्रकार एक अकराशि में दूसरी अकराशि को उस समय घटाने की प्रक्रिया बच्चे को कभी नहीं बतलानी चाहिए जब तक ऋण करने का सिद्धान्त न समझ ले। बच्चे के लिये सिद्धान्त का ही समझ लेना आवश्यक नहीं है बल्कि यह भी आवश्यक है कि वह दहाई की अकराशियों तक के घटाने के सवाल आसानी से कर ले। उदाहरण के लिये उसका यह जानना आवश्यक है कि 36 में से 9 को या 27 में से 8 को घटाया जाये तो क्या बचेगा। बिना इतना जाने वह 'ऋण लेने या ऋण चुकाने' की पद्धति को भली-भांति कभी नहीं समझ सकता। यही बात गुणा और भाग की सक्षिप्त पद्धतियाँ सिखलाते समय भी ध्यान में रखनी चाहिए। बच्चे को यह अवश्य ज्ञात होना चाहिए आठ तिया (या तीन अट्ठे) 8 और 8 और 8 का योग होता है। तभी वह पहाड़ों की उपयोगिता भली-भांति समझ सकता है और यह भी जान सकता है कि पहाड़ों की जानकारी से कितना समय बच सकता है। बच्चे को यह भी समझना चाहिए कि गुणा का अर्थ किसी वस्तु का बढ़ता जाना है और भाग का अर्थ किसी चीज का कम होते जाना है। उदाहरण के लिये भाग द्वारा आप जान सकते हैं कि 24 को यदि 8 आदमियों के बीच बराबर-बराबर बाटा जाये तो प्रत्येक को कितना मिलेगा या 24 में से 8 को कितनी बार निकला जा सकता है।

पहली बार 24 में से 8 निकालकर आप हर व्यक्ति को एक-एक दे सकते हैं। इसी प्रकार दूसरी बार भी शेष 16 में से 8 निकालकर एक-एक दूसरी बार भी हर व्यक्ति को दे सकते हैं और अन्त में बचे हुए 8 में से एक-एक अंतिम बार भी हर आदमी को दे सकते हैं।

बच्चे के लिये यह समझ लेना बड़ा जरूरी है कि सामान्य अंक गणनाओं की वास्तविक पद्धति क्या है बजाय इसके कि वह कठिन गणनाएं तो करने लगे लेकिन जिस पद्धति का व्यवहार करे उसे भली-भांति न समझे। यह आवश्यक है कि बच्चा सामान्य गणनाएं मुह जबानी ही करने लग जाये। उदाहरण के लिये 20 तक जोड़ने या घटाने के लिये उसे कागज क्लम की जरूरत नहीं पडनी चाहिए इस चीज को

उसे अपने आप जबानी ही कर लेना चाहिए। इसके बाद आगे की गणनाएं वह कभी मुह जबानी और कागज पर अपने आप करने लगेगा।

अभिभावक इस मामले में अपने बच्चों की दृढ़ आधारशिला रखने में सहायता कर सकते हैं। जब भी मौका हो उन्हें अपने बच्चों को नापने, तोलने और गिनने के लिये उत्साहित करना चाहिए। अक्सर माता-पिता के लिए यह बड़ा कठिन होता है कि वे आगे चलकर अपने बच्चों की मदद करें। यह कार्य उस समय और भी जटिल हो जाता है जब उनकी पद्धति स्कूल की शिक्षण पद्धति से भिन्न हो जाती है। इसलिए सामान्यतः बच्चे को तभी सहायता करनी चाहिए जब वह अपने अभिभावकों में से किसी से मदद मागे। ऐसी अवस्था में उन्हें यह भी जान लेने का प्रयत्न करना चाहिए कि स्कूल में किस पद्धति से पढ़ाया जा रहा है। यदि ऐसा करना कठिन हो तो बालक को गणना विशेष का मूल सिद्धान्त समझा देना चाहिए और यह सिद्धान्त समझाते हुए यह बात भी जानने का प्रयत्न करते रहना चाहिए कि बच्चे की उलझन वस्तुतः क्या है ?

पढ़ने-लिखने में बालक की रुचि अंकों में रुचि उत्पन्न होने के बाद होती है। बच्चा लिखित शब्दों की प्रकृति के सम्बन्ध में अपनी चित्र-पुस्तक के ज्ञान से सबसे पहले जानकारी प्राप्त करता है, जिन्हे वह कई-कई बार पढ़ता है और उसकी यह जानकारी बालशालाओं की सुपरिचित तुकबंदियों से भी बढ़ती है जिनके शब्दों से बार-बार दोहराने के कारण वह परिचित हो जाता है। इसी प्रकार पोस्टरो को देखने से भी उसका ज्ञान बढ़ता है। उसके मित्र जो पत्र उसे लिखते हैं उनसे भी उसकी जानकारी बढ़ती है।

पढ़ना सिखाने का यह शायद सबसे आदर्श तरीका है क्योंकि इसमें बच्चा ऊब नहीं पाता क्योंकि उसे सहायता तभी मिलती है जब वह सहायता प्राप्त करने के लिये इच्छुक होता है। बच्चों को पढ़ने की जो शिक्षा आजकल दी जाती है—यदि वह शिक्षा न दी जाये और पढ़ना सीखने का भार बच्चे की इच्छा पर ही छोड़ दिया जाये तो भी बच्चा उतना ही पढ़ना सीख लेगा जितना आजकल की शिक्षा के बाद सीखता है। आजकल अभिभावक अपने बच्चे को पढ़ने में इसलिए भी मदद नहीं करते कि वे डरते हैं कहीं उनका और स्कूल का पढ़ने का तरीका बिल्कुल अलग-अलग न हो। परन्तु बच्चा यदि कोई बात पूछे तो उसे बतलाने में सकोच नहीं करना चाहिए। इसमें बच्चे के चकरा जाने की समस्या पैदा नहीं होगी। खासतौर से उस समय जब वे बच्चे को वह बतला दे कि बड़ों के पढ़ने का यही तरीका है। बहुत-से स्कूलों में अक्षरों का 'स्वर' बतलाया जाता है, उनका 'नाम' नहीं बतलाया जाता। और इन अक्षरों को पहले स्वरात्मक शब्दों में पढ़ाया जाता है। कुछ स्थानों में पूरे-पूरे वाक्य पहले बतलाये जाते हैं। इसके बाद बच्चा क्रमशः अलग-अलग शब्दों और फिर अलग-अलग स्वरों

को अपने आप समझने लगता है।

चाहे किसी भी पद्धति से बच्चे को पढ़ाया जाये—आवश्यकता इस बात की है कि वह पूरे शब्दों को समझने लगे अलग-अलग अक्षरों को नहीं। उसे अक्षर का नाम जानने की भी जरूरत पड़ती है क्योंकि इसके बिना किसी शब्द के हिज्जे नहीं बतलाये जा सकते। उसे यह भी बतलाने की जरूरत है कि प्रत्येक अक्षर कौन-से स्वर का प्रतिनिधित्व करता है, इसी प्रकार वह अपरिचित शब्दों के अर्थों का भी अन्दाज लगा सकता है। यह भी सच है कि जब तक बच्चा पूरे-पूरे वाक्यों को पढ़कर उनका आशय भली-भांति समझ नहीं लेता तब तक यह कहना ही बेकार होगा कि वह पढ़ना जानता है।

जैसा कि मैंने कहा है शायद सबसे अच्छा तरीका यही है कि बच्चों को पूरे-पूरे वाक्य स्वाभाविक रूप से पढ़ाये जाये। इसमें सबसे महत्वपूर्ण बात यह होगी कि बच्चों को पढ़ने में आनन्द आयेगा और वह वाक्य के विचार को समझने के लिए आसानी और जल्दी से पढ़ेगा।

लिखना, निस्सन्देह, पढ़ने का उलटा है। लिखने का काम प्रायः पढ़ने के बाद शुरू होता है। लेकिन कुछ बच्चों को पूरे शब्द पढ़ने के पहले ही एक-एक अक्षर लिखना शुरू कर देते हैं। इस बात पर काफी बहस हो चुकी है कि बच्चों को प्रारम्भिक लिखना सिखाने के लिए सबसे पहले किस प्रकार के अक्षर सिखाने चाहिए। कुछ लोगों का कहना है कि बच्चों को पहले ऐसे अक्षरों में लिखना सिखाना चाहिए जो पढ़े जाते हैं, जिनमें प्रत्येक अक्षर अलग-अलग स्पष्ट रूप से लिखा रहता है। इस प्रकार के अक्षर बच्चा चित्र-पुस्तकों और पोस्टरों आदि में देखता भी रहता है। इसकी जगह जो लिपि के अक्षर होते हैं उनसे बालक पहले से परिचित नहीं होता। लेकिन यह भी ठीक है कि लिपि के अक्षरों के लिखने से लिखाई में प्रवाह आता है, वे अक्षर जल्दी लिखे भी जाते हैं और कुछ लोगों का ख्याल है कि वे अपेक्षाकृत अधिक सुन्दर भी होते हैं और बड़ों के अधिक उपयुक्त होते हैं। इन अक्षरों के लिखने से विचार और भावनाएँ धारावाहिक रूप से अभिव्यक्त करने में आसानी होती है। इससे एक और लाभ भी है। अध्यापन, पाठन और लेखन की दृष्टि से जिन अक्षरों से पूरा एक शब्द बन जाता है वे जोड़ दिये जाते हैं, जबकि लिपि में यदि दो अक्षरों के बीच बहुत अधिक जगह छोड़ दी जायेगी तो कभी-कभी यह पता लगाना मुश्किल हो जायेगा कि कौन-सा शब्द कहा से शुरू होता है और कहाँ खत्म होता है। (यह अंश अंग्रेजी भाषा और उसकी लिपियों को दृष्टि में रखते हुए लिखा गया है। देवनागरी लिपि में यह समस्या नहीं है।—अनु.)

फिर भी स्कूलों में यह परिपाटी चल निकली है कि सबसे पहले वे अक्षर सिखा दिये जाते हैं जिनका लिखने में प्रयोग होता है और इसके बाद लिखाई में बच्चों को

उन अक्षरों को सयुक्त करना सिखा दिया जाता है। व्यवहार में बहुत-से लोग कुछ अक्षरों को जोड़ते हैं और कुछ को नहीं जिससे वह हस्तलिपि देखने में बुरी मालूम होती है और साथ ही इससे लिपि की स्वच्छता और गति में भी बाधा पड़ सकती है।

इस प्रकार की लिखाई सिखाने में एक-एक करके दो पद्धतियाँ बिल्कुल अलग-अलग बतलायी जानी चाहिए। बच्चा आरम्भ में जो लिखना सीखता है वह ज्ञान लिखने के अक्षरों को सीखने में बहुत कम सहायक होता है। इसलिए समय और शक्ति के मितव्यय की दृष्टि से बच्चे को लिखने के अक्षर पहले सिखाने चाहिए और इसके बाद पढ़ने के, जिससे वह मुद्रित पृष्ठ पढ़ सके। इस पद्धति से बालक की हस्तलिपि स्थिर हो जाती है और चूँकि उसकी पढ़ने की सामग्री भी वैसे ही रूप में होती है इसलिए उसे बड़ा लाभ होता है। उसे यह लाभ उस समय नहीं मिल पाता जब उसे लिखना तो हस्तलिपि के अक्षरों में सीखना पड़ता है और पढ़ना साधारण मुद्रित अक्षरों में। इससे यह भी निश्चित हो जाता है कि प्रारम्भ से ही उसे अच्छी तौर पर साफ हस्तलिपि सिखायी जाये जिसे उसे किसी भी समय पर बदलना नहीं पड़े। यह पद्धति निश्चित मानसिक विकास की दृष्टि से भी उत्तम है। आजकल इसी आधार पर लिखना और पढ़ना सिखाने का एक आन्दोलन चल पड़ा है। (See my 'Reading by Rhythm' Series, Nelson, first steps 1\-, Poetry Book I 1\-, Poetry Book II 1\4, Poetry Book III 1\ - In this material reading and writing are taught in cursive handwriting, done freely by an artist and not in copybook style The last two books introduce ordinary printing and relate it to cursive handwriting)

एक बार बच्चे ने पढ़ना सीख लिया कि वह अपनी तरह के अन्य ऐसे बच्चों की कहानियाँ पढ़ने में रुचि पैदा कर लेता है जो उसकी भाँति ही साधारण परिचित काम करते हैं और वह 'स्टोरीज ऑफ पीटर एण्ड पेट (Stories of Peter and Pat) जैसी कहानियों की पुस्तकें भी पसन्द करने लगता है। ये कहानियाँ मेरी लिखी हुई हैं और चार भागों में प्रकाशित हुई हैं। (Macmillan 6d. and 8d.)

निम्नलिखित ('अ'), ('आ') और ('इ') दृष्टान्त बच्चों के ड्राइंग सम्बन्धी अनुभव पर प्रकाश डालते हैं और ('ई') दृष्टान्त खिलौनों के चयन सम्बन्धी कठिनाइयों को स्पष्ट करता है।

(अ) हरा रंग बन जाने पर 4 वर्ष के बच्चे की प्रसन्नता

पहली कथा रंगों के काम में प्रयोग के सफल हो जाने पर एक बच्चे की असीम प्रकट करती है

बालशाला (Nursery) के बच्चों का समूह एक दिन रंग भरने की कला के पहले प्रयोग कर रहा था। सब बच्चों को एक ट्यूब से थोड़ा-थोड़ा नीला और पीला रंग दिया जा चुका था। कागज पर वह रंग जिस तरह से फैल रहा था वह उन्हें बड़ा मनोरंजक प्रतीत हो रहा था। पहले हर एक बच्चे ने इस बात का प्रयत्न किया कि दोनों रंग कागज पर एक-दूसरे से बिल्कुल अलग रहे, लेकिन थोड़ी ही देर में सीमा दौड़ती हुई अपनी अध्यापिका के पास आयी। उसकी आंखें खुशी से चमक रही थी, 'देखिए, जरा इसे देखिए। यहाँ हरा रंग अपने आप बन गया है।'

(आ) 5 वर्ष के बच्चे को पारदर्शी पहाड़ बना लेने पर खुशी

राजू 5 वर्ष का था। एक दिन उसने एक पहाड़ बनाया लेकिन उस पहाड़ के पीछे का मकान पहाड़ बन जाने पर भी साफ-साफ दिखलायी पड़ रहा था। पहले तो मैं समझी कि वह मकान पहाड़ के सामने वाले हिस्से की तरफ है लेकिन राजू ने कहा, 'क्या आपको वह मकान दिखलायी पड़ रहा है जो मैंने पहाड़ के पीछे बनाया है ?' यह एक ऐसी चित्रकारिता का उदाहरण है जो बच्चे ने अपनी कल्पना के अनुसार की थी। उसने इस बात से सहायता नहीं ली थी कि दूसरे लोग उसे किस प्रकार देखते हैं। इसी प्रकार एक बच्चा ऐसी रेलगाड़ी भी बना सकता है जिसे पहाड़ों और पेड़ों के पीछे जाते हुए भी देखा जा सकता है। वह एक ऐसे मकान का चित्र भी खींच सकता है जिसमें पूरा परिवार बैठा दिखलायी पड़ सकता है।

(इ) 6 वर्ष की बच्ची का बिना पैर का चूहा बनाना

बच्चे अपनी कल्पना के अनुसार ही चित्र बनाते हैं, इसका दूसरा उदाहरण 6 वर्षीया सीमा के कार्य से मिलता है। सीमा ने एक चूहे का चित्र बनाया। इस चूहे के पैर उसने नहीं बनाये थे। उसकी मां ने इस पर बालिका से पूछा, 'क्यों, सीमा। तुमने अपने चूहे के पैर नहीं बनाये ?' सीमा ने आश्चर्य से अपना सिर उठाकर देखा और बोली, 'ओह, क्या चूहों के पैर भी होते हैं ? मैं तो समझती थी कि उनके पैर नहीं होते। यदि ऐसा है तो मैं उसके पैर अभी बना दूंगी।' और यह कहकर उसने तत्काल चार पैर चित्र में बना दिये। स्पष्ट है कि चूहों से सीमा का परिचय अधिक नहीं था। शायद उसने चूहों को केवल दौड़ता हुआ ही देखा था और इतने से पर्यवेक्षण से उसका ध्यान चूहे के पैरों की तरफ गया ही न होगा।

दिये गये खिलौनों से चोट न लग जाये। वास्तविकता यह है कि बिस्तर पर पड़े रहने वाले बच्चों के लिये खिलौनों का चयन करते समय सामान्य से अधिक सावधानी रखने की आवश्यकता पड़ती है लेकिन जब समय और पैसे दोनों का अभाव होता है उस समय अक्सर गलत ढंग से खिलौने खरीद लिये जाते हैं।

बच्चों के एक अस्पताल में मैं भी आती-जाती हूँ। मैंने वहाँ एक दिन देखा कि दो वर्ष के एक बच्चे को उसकी मा ने एक ऐसी गुडिया दी जिसके कपडे पिन से बिधे हुए थे। जब तक नर्स का ध्यान इस ओर गया तब तक बच्चे ने गुडिया के कपडों से बहुत-सी पिनें निकाल ली थी और शेष पिनो को भी वह बच्चा निकाल रहा था। इसमें कोई शक ही नहीं कि वह खिलौना बड़ा ही खतरनाक था। हो सकता था बच्चा पिनो को मुह में रख लेता या पिनो से यदि कहीं उसके खरोंच भी आ जाती तो खराब स्वास्थ्य के बच्चे के लिये वह खिलौना सचमुच एक बड़ी मुसीबत की वजह बन जाता।

उसी दिन दो वर्ष की छोटी बच्ची को उसकी एक रिश्तेदार महिला अदृश्य रंग वाले कुछ चित्र दे गयीं। इन चित्रों को गीले ब्रुश से रंगडने पर उनका रंग उभर आता था। बच्ची ने चित्र मुह में लगा लिया था जिसकी वजह से उसका मुह और पूरा चेहरा रंग गया। उसके हाथ में भी रंग लग गया। उसके कपडे, उसके तकिये का गिलाफ, चादर, कम्बल आदि सभी चीजे रंग गयीं क्योंकि मिलने वालों की आने की खुशी में बच्चों ने अपने बिस्तर पर ही पेशाब कर दी थी जिसकी वजह से रंग चारों ओर फैल गया था।

प्रश्नावली

1. अपने मित्रों और रिश्तेदारों को माता-पिता बच्चों को अनुपयुक्त खिलौनों को देने से किस प्रकार और कहा तक रोक सकते हैं ? यदि बच्चों को ऐसे खिलौने दे दिये जायें तो माता को क्या करना चाहिए ?
2. बच्चों की दस्तकारी का उपयोग करना बड़ों के लिये कहा तक बुद्धिसंगत है ?
3. संगीत, नृत्य, चित्रकारिता, चित्रों में रंग भरना, पढना-लिखना या गिनती गिनने के वक्त छोटे बच्चे पर क्या प्रतिक्रिया होती है—यह जितने विस्तृत ढंग से हो सके बतलाइए। क्या उक्त विषयों में से किसी विषय में बच्चे को बड़ों द्वारा पहले से ही कुछ शिक्षा या सहायता दी जा चुकी है ? बच्चे की आयु क्या है, क्या वह अन्य बच्चों के साथ रहने का आदी है या वह अपना अधिकांश समय बड़ों के साथ बिताता है ?

बच्चों की प्राथमिक शिक्षा एवं विकास कैसे ?

किसी बच्चे को नया खिलौना मिल जाने के बाद उसे क्या असर हुआ इसका प्रत्यक्षदर्शी विवरण दीजिए। खिलौना कैसा था और बच्चे की आयु क्या थी यह भी बतलाइए ?

आपको एक ऐसे बच्चे को उसकी वर्षगांठ के उपलक्ष में उपहार देना है जिसे आपने अभी हाल ही में नहीं देखा है। बतलाइए, उसके लिए उपहार आप कैसे चुनेंगे ? आप कौन-सी गलतियाँ करने से बचना चाहेगी ? बच्चे की आयु तथा उसकी रुचियों के बारे में कुछ-न-कुछ जानना क्यों महत्त्वपूर्ण है ?

घर, स्कूल, बाग और पार्क आदि में ऐसी कौन-सी बातें होती हैं जिनकी वजह से बच्चे में अक्रो को जानने की रुचि पैदा होती है ? क्या आप बच्चों का ध्यान इन बातों की ओर आकृष्ट करेंगे या बच्चों के समझने के लिए उन्हें यो ही छोड़ देंगे ?

किसी बच्चे (या बच्चों) के ऐसे कल्पित खेल का अनुभव बतलाइए जिसे आपने देखा हो या जिसमें आपने भाग लिया हो। उस बच्चे की आयु भी बतलाइए जिसके साथ आप खेले हों। क्या वह खेल उसी प्रकार लगातार कई दिनों तक चलता रहा था या केवल एक ही दिन वह खेल हुआ था ? इस खेल में क्या भिन्न-भिन्न ढंग की वेशभूषा भी धारण की गयी थी ? यह भी बतलाइए उस खेल में किन-किन चीजों का प्रयोग किया गया था ?



अध्याय-6

बच्चे की शारीरिक देखभाल

बच्चे का स्वास्थ्य, हम देख चुके हैं, बहुत सी बातों पर निर्भर करता है। उसे कार्य और विश्राम का कितना अवसर मिलता है, उसके माता-पिता में कितनी समझदारी है और वे उसे कितना स्नेह स्थायी रूप से दे पाते हैं। इसमें सन्देह नहीं कि बच्चे का स्वास्थ्य उपयुक्त भोजन, शुद्ध वायु और प्रकाश पर भी निर्भर करता है लेकिन इसके साथ ही यह भी आवश्यक है कि स्वास्थ्य के सबध में बच्चे का दृष्टिकोण ठीक हो। बच्चे का स्वास्थ्य के सबध में ठीक दृष्टिकोण नहीं हो सकता—यदि बड़े बराबर उससे यह आशा करते रहे कि वह बीमार रहेगा या उससे बराबर कुछ लक्षणों को प्रकट करते रहने की उम्मीद करे।

बड़ों को भूलकर भी ऐसा संकेत नहीं देना चाहिए जिससे बच्चा यह कहने के लिए उत्साहित हो कि वह बीमार है। मा को यह भी बतलाने की आदत डालनी चाहिए कि बच्चा निरन्तर स्वस्थ होता जा रहा है। यदि ऐसा नहीं किया जाता तो कई प्रकार के दोषों के उत्पन्न हो जाने की आशंका उत्पन्न हो जाती है। इसलिए मा को इन दोषों के प्रति न केवल सतर्क हो जाने की आवश्यकता है वरन् उनके विरुद्ध निश्चित कार्य करते रहने की भी आवश्यकता है। मा को बच्चे को यह बतलाते रहना चाहिए कि बच्चा क्रमशः अपनी कठिनाइयों पर विजय प्राप्त करता जा रहा है। उसे स्वयं भी बच्चे से संबंधित कठिनाइयों को साहसपूर्वक दूर करने का अभ्यास डालना चाहिए। मां को उन कठिनाइयों की चर्चा इस प्रकार नहीं करनी चाहिए कि वह उनसे जीत ही नहीं पा रही है। यदि मां यह कहती है कि बच्चे से संबंधित कठिनाइयों का भार उस पर बहुत अधिक है तो इसका अर्थ यह है कि कठिनाइयों का कुछ बोझ बच्चे पर भी बिना पड़े नहीं रहेगा।

स्वास्थ्य के विषय में आधुनिक दृष्टिकोण की मान्यता यह है कि बच्चा अविभाज्य इकाई है। यदि बच्चे के किसी एक पक्ष में कोई भी गड़बड़ी है तो उसकी प्रतिक्रिया बच्चे के जीवन के अन्य पक्षों पर भी पड़े बिना नहीं रहेगी। उदाहरण के लिये यदि कोई बालक अपने नये भाई या बहन को प्यार नहीं करता तो बहुत सम्भव है कि वह बिस्तर में पेशाब करने लगे या नाखूनों को मुह से काटने लगे या बचपन



बीत जाने पर भी अगूठा चूसने की आदत न छोड़े। यदि उसे पता चल जाये कि माता-पिता मे पटती नहीं तो उसकी चोरी करने की आदत पड़ सकती है। ऐसा भी हो सकता है कि वह रात को सोते-सोते डरकर चीख उठे और जाग जाये। यह भी सम्भव है कि उसके स्नायु नितान्त दुर्बल हो जायें या ऐसी ही अन्य कोई बात हो जाये। जब बच्चा स्वस्थ और प्रसन्न होता है तभी उसका सर्वतोमुखी विकास हो पाता है। इसी प्रकार जब बच्चे का सर्वतोमुखी विकास होता है तभी वह स्वस्थ और प्रसन्न रह पाता है। इसलिये बच्चे के विकास मे बाधा डालने वाले के हर लक्षण पर बराबर ध्यान रखने की आवश्यकता है और जहा भी जरूरत हो वहा माता-पिता को बच्चे के विकास में उसकी मदद करने के लिये तैयार रहना चाहिए। विकास कार्य को सरल बनाने की एक विधि यह भी है कि एक अवस्था से दूसरी अवस्था में जाने के लिए बच्चा जितने लम्बे कदम उठा रहा हो उन कदमों को अपेक्षाकृत छोटा कर दिया जाये। कदमों के छोटे हो जाने से वह जल्दी आगे बढ़ सकेगा और इस प्रगति से बालक के आत्म-बल मे वृद्धि होगी। हो सकता है कि किसी कार्य में सफलता प्राप्त करने मे बच्चे को कठिनाई अनुभव होती हो। ऐसी अवस्था में बच्चे से वह कार्य नहीं कराना चाहिए जिसमे वह असफल हो रहा हो। उसे कोई ऐसा काम सौंपना चाहिए जिसमे उसे अपेक्षाकृत अधिक सरलता से सफलता मिल सके। सरल कामों में मिलने वाली सफलता से बालक को उस निराशा पर विजय प्राप्त करने में मदद मिलेगी जो कठिन कार्य मे असफलता मिलने के कारण पैदा हुई थी।

बच्चों को कभी धमकाना या डराना नहीं चाहिए। यदि उन्हें डराया या धमकाया गया तो वे स्वस्थ और प्रसन्न न रह सकेंगे। इसका असर उनकी सफलता प्राप्त करने की क्षमता पर भी पड़ेगा। भय से बच्चे की जीवनीशक्ति का हास होता है और बच्चा मानसिक और शारीरिक दृष्टि से अस्वस्थ होता चला जाता है। बच्चे को यह भी पता नहीं चलना चाहिए कि उसके माता-पिता उसके मंगल या कल्याण की चिन्ता में घुले जा रहे हैं क्योंकि इसका भी ठीक वैसा ही असर बच्चे पर पड़ता है जैसा डराने या धमकाने का। यह बात प्रारम्भ में आश्चर्यजनक अवश्य प्रतीत होती है लेकिन है बिल्कुल सच।

निस्सन्देह, इस सबका यह आशय नहीं है कि बच्चे की शारीरिक देखभाल व्यर्थ की वस्तु है। इसके विपरीत बच्चे की शारीरिक देखभाल की भी बड़ी आवश्यकता है और यह जरूरी है कि इस काम को बहुत समझदारी के साथ किया जाये। लेकिन वास्तविकता यह है कि बच्चे की शारीरिक देखभाल की भी उतनी ही उपेक्षा आजकल के जमाने मे की जाती है जितनी हमारे बाबा या दादी के जमाने मे की जाती थी। हालांकि अब बच्चों को पानी बरसते मे बर्फ मे या कुहासे मे जाने से रोका नहीं जाता और न इन चीजों का कोई भय ही दिलाया जाता है।

हम अब यह मानने लगे हैं कि सामान्य बच्चे में ठंडक और गर्मी, सीड़क और कुहासा आदि सहने की पर्याप्त क्षमता होती है और यह बात वस्तुतः ठीक है कि यदि बच्चे को सभी मौसमों में बाहर जाने दिया जाये तो वह अपेक्षाकृत अधिक अच्छी तरह पनपता है।

आजकल सामान्य माता-पिता और अध्यापकों के स्वास्थ्य और रोगों सम्बन्धी विचार कुछ ऐसे क्रान्तिकारी होते जा रहे हैं जो हमारे बाबा-दादियों के रोगों से खड़े कर देते हैं। रोगों को काबू में करने के आधुनिक साधन आजकल मानव शरीर की स्वास्थ्य लाभ कर लेने की क्षमता पर निर्भर करने लगे हैं। इन साधनों की सहायता भोजन, गर्म और ठंडा पानी, व्यायाम, विश्राम आदि करते हैं। 'नेचर क्योर रेजिम' (Nature Cure Regime) नाम की एक पुस्तक में स्वास्थ्य लाभ और प्राकृतिक चिकित्सा की पद्धतियाँ विस्तृत रूप से दी गयी हैं। जो व्यक्ति प्राकृतिक विधियों से रोगों का इलाज करता है वह आजकल प्राकृतिक चिकित्सक (Naturopaths) कहलाता है। अब हम लोग यह देखने लगे हैं कि पहले जिन बातों से हम विशेष प्रेम करते थे—वह हमें अब छोड़नी होंगी और उन बातों का स्थान अधिक सुधरे और विकसित ढंग लगे।

यह बात तो शायद हम पहले भी जानते थे कि हमारे शरीर में अपने आपको अच्छा करने की शक्ति विद्यमान है और हम लोग इस बात के लिए भी तैयार रहते थे कि शरीर की उन शक्तियों को मदद करने की चेष्टा की जाये जो उसे स्वस्थ बनाने के लिए सचेष्ट रहती हैं। हम यह भी जानते थे कि शरीर अपने अन्दर का मल विभिन्न प्रकार से बाहर फेंकता रहता है और हम यह मानते थे कि हमें इस कार्य में कब्ज न रहने देकर, शरीर की चमड़ी को साफ रखकर, नाक को साफ रखकर, मल बाहर करने के काम में शरीर की यथाशक्ति सहायता करनी चाहिए। हम यह भी समझते थे कि यदि कोई ग्रंथि फूल जाती है, टौसिल सूज जाते हैं, गले में दर्द हो जाता है, बदन के जोड़ों में दर्द होता है तो ये सब इस बात के लक्षण हैं कि शरीर अपने अन्दर के सारे मल और विषैली चीजों को बाहर नहीं फेंक पा रहा है।

आजकल क्रमशः हम लोग यह भी अनुभव करने लगे हैं कि किसी रोग के लक्षण को प्रकट होने देने की प्रतीक्षा करना निपट मूर्खता के अतिरिक्त कुछ भी नहीं है। हमें स्वस्थ और प्रसन्न रहकर रोगों को आने से रोकना चाहिए। हमें यह नहीं समझना चाहिए कि खांसी और जुकाम, ब्राण्काइटिस और न्यूमोनिया, खसरा और चेचक आदि मानवजाति की सामान्य बीमारियाँ हैं और हम सबको बीमार पड़कर उनका कोटा पूरा करना ही है। हम यह भी क्रमशः समझने लगे हैं कि हम सब किस प्रकार इनसे बिल्कुल बच सकते हैं या इनको कम-से-कम हानिकारी बना सकते हैं जिससे इनके बाद भी हमारा शरीर पहले से अधिक स्वस्थ और सबल होकर निकले

रोगों से वेक्सीनो तथा इन्जेक्शनो द्वारा नहीं बचा जा सकता क्योंकि ये औषधियाँ शरीर के विष को अस्थायी रूप से दबा देने का कार्य ही करती हैं या इनसे शरीर का विष और बढ़ जाता है जिसका नतीजा यह होता है कि वह विष किसी अन्य नये रास्ते से निकलता है।

रोगों से तब तक नहीं बचा जा सकता जब तक कोई उचित भोजन न करे, सभी अंगों के लिये समुचित व्यायाम न करे, पर्याप्त विश्राम न करे, स्वस्थ मनोरंजन में भाग न लें और प्रकृति का आनन्द न लें। प्रकृति के फल, फूल, वृक्ष, पशु, पक्षी, रेत, मिट्टी, जल, वादल और पवन का भी खूब आनन्द लेना चाहिए।

जैसा कि हम जानते हैं, हमारे बच्चे प्रकृति की गोद में रहना अधिक पसन्द करते हैं और वे यह अनुभव करते हैं कि वे स्वयं भी प्रकृति के ही अंग हैं। इसलिये, इस मामले में हमें बच्चों के स्वभाव का ही अनुकरण करना चाहिए। पशुओं की तरह बच्चों में भी अस्वस्थ रहने की अवस्था में भोजन न करने की प्रवृत्ति होती है। इस प्रवृत्ति को हमें प्रोत्साहित करना चाहिए। बढ़िया खाने का लोभ दिलाकर बच्चों को तवीयत ठीक न रहने पर भी भोजन न कराना चाहिए। ऐसा करने से बच्चों की पावनशक्ति पर पडने वाला भार अपेक्षाकृत हलका हो जायेगा।

खाना बरबाद करना बड़ी भूल है लेकिन उससे भी बड़ी भूल उसे बच्चे के भाराक्रान्त उदर में भर देना है क्योंकि ऐसा भोजन शरीर के लिये विष तुल्य है। जिस वस्तु को शरीर स्वेच्छा से ग्रहण न करे उसके खाने से स्वास्थ्य या प्रसन्नता कभी नहीं मिल सकती—चाहे वह वस्तु कितनी ही मूल्यवान क्यों न हो। अक्सर बच्चों को बहुत अधिक भोजन परोस दिया जाता है। शायद यही कारण है कि कभी-कभी भोजन के सम्बन्ध में बच्चों को बड़ी कठिनाइयों का सामना करना पड जाता है।

जब भी बच्चे की तवीयत ठीक न हो, उसे भोजन करने के लिए अनुत्साहित करना चाहिए जिससे बच्चे की क्लान्त पाचनशक्ति को विश्राम और नयी शक्ति प्राप्त करने का पर्याप्त अवसर मिल जाये। ऐसी अवस्था में बच्चे को बिना मीठा मिलाए फलों का रस देना चाहिए। फलों के रस में सन्तरे, सेब, अंगूर आदि के रसों का नाम लिया जा सकता है। गाजर जैसी तरकारियों का रस भी दिया जा सकता है। कच्ची गाजर को पीसकर साफ और पतले कपड़े रखकर दबाने से उसका रस निकल आता है। फलों और तरकारियों के रस से शरीर की सफाई में मदद मिलती है और जुकाम या गले के दर्द का विष बाहर निकल जाता है।

जब भोजन नहीं किया जाता तो विष उन भोजन की नलियों से होता हुआ बाहर निकलने की कोशिश करता है जो इस कार्य के लिए तैयार रहती हैं और चूँकि उदर या अतडियों में एक दिन पूर्व से भोजन न करने के कारण कोई भी खाद्य सामग्री नहीं होती इसलिये विष के उदर और आतों में पहुँच जाने के बाद यह है

कि एनिमा के जरिए शरीर के उस विष को बाहर निकाल फेंकने में मदद की जाये।

इसलिये जिन दिनों बच्चा भोजन न करे उन दिनों रोज शाम को उसे एक हलका-सा एनिमा देना चाहिए। यह बहुत ही सरल, सुरक्षित और सर्वथा वेदना-रहित कार्य है जिसे बड़े बच्चे बिना किसी मदद के भी कर सकते हैं। यह कार्य डूश द्वारा भी किया जा सकता है। डूश की विशेषता यह है कि उसमें पानी अपने आप अन्दर चला जाता है। पम्प करने की कोई आवश्यकता नहीं पड़ती। बच्चा चाहे खड़ा रहे या लेटा—हर दशा में पानी भरा एनिमा का बर्तन एनिमा लिये जाने के स्थान से चार या छह फीट ऊपर होना चाहिए। बर्तन जितना ऊंचा रहेगा पानी उतनी ही तेजी से उदर के भीतर पहुँचेगा। ग्रेविटी डूश की नली में एक ऐसी चाबी भी लगी रहती है जिसे घुमाकर बंद कर देने से जब डूश की नली गुदा द्वार पर लगायी जाती है उस समय पानी नहीं निकलता।

गुदा द्वार पर डूश (एनिमा) की नली लगाने से पूर्व एक बार उसे खोलकर देख लेना चाहिए कि पानी ठीक से निकल रहा है या नहीं। नली को गुदा के अन्दर करने के पूर्व उस पर वैसलीन या उसी तरह की कोई अन्य चिकनी चीज लानी चाहिए जिससे नली के यथास्थान पहुँच जाने में कोई कठिनाई न हो।

जब बच्चा बहुत अधिक अस्वस्थ न हो और उसकी तबीयत सामान्य ढंग से ही खराब हो उस समय उसे सीमित भोजन देना चाहिए। सीमित भोजन का अर्थ है, फल, कच्चा सलाद या आलू को छोड़कर किसी भी प्रकार की भाप से पकी हुई तरकारियाँ। ऐसा भी हो सकता है कि आप केवल बच्चे को फलों पर ही रखें, या उसे उबली तरकारियाँ अथवा कच्चा सलाद ही खाने को दें। यह बच्चे की अपनी रुचि तथा आपकी सुविधा पर निर्भर करता है। तरकारियों को आप सामान्य ढंग से भाप द्वारा भी पका सकती हैं या दो या तीन बड़ी चम्मचों भर पानी में जल्दी से उबाल भी सकती हैं। इस बात का ख्याल रखना चाहिए कि तरकारी किसी भी दिशा में जलने न पाये। इस तरह तरकारी बनाते वक्त यह ध्यान रखना चाहिए कि उसके बनने में पन्द्रह मिनट या उससे कम ही समय लगे और बीच-बीच में उस तरकारी को चम्मच से चलाते भी रहना चाहिए जिससे वह जलने न पाये।

फलों, कच्ची और पक्की तरकारियों का यह भोजन शरीर का विष बाहर निकाल फेंकने में बड़ी मदद करता है और चूँकि उस समय पेट में भोजन पहले से ही होता है—इसलिए नित्य एनिमा देने की कोई आवश्यकता नहीं है। इस हलके भोजन से पाखाना साफ ढंग से हो जाता है और कोई दिक्कत नहीं होती। जब तक तबीयत बिल्कुल ठीक न हो जाये तब तक ऐसा कई दिनों तक किया जा सकता है।

यह ठीक है कि इस भोजन पर कुछ समय तक रहने के बाद बच्चे को बहुत जल्दी भूख लगने लगती है और शायद वह कुछ दुबला भी प्रतीत होने लगे लेकिन

जैसे ही रोग के लक्षण दूर हो जाते हैं—वह शीघ्र ही अपना सामान्य भोजन करने लगता है। अपना खोया वजन भी पुनः प्राप्त कर लेता है और पहले से अधिक तन्दुरुस्त दिखलायी पडने लगता है।

जिन दिनों बच्चों को यह सीमित भोजन दिया जा रहा हो उन दिनों यह जरूरी है कि अन्य किसी भी प्रकार के खाद्य पदार्थ—विशेषकर रोटी या दूध आदि बिल्कुल न दिये जाये क्योंकि कोई भी खाद्य पदार्थ—माडीदार खाद्य सीमित भोजन की क्षार प्रधानता को नष्ट कर देता है।

भोजन की विशेषताओं के सबध में क्रमशः नयी-नयी बातें सामने आ रही हैं। हम लोग अब क्रमशः यह अनुभव करने लगे हैं कि रोटी और केक आदि और वस्तुतः दो दालों वाला प्रत्येक अन्न उदर तथा आंतों में एक प्रकार का एसिड पैदा कर देता है। यही चीज चीनी से भी पैदा होती है। इसीलिये अन्न और चीनी को हम लोग कार्बोहाइड्रेट कहते हैं। मास, मछली, अण्डे और पनीर आदि प्रोटीन युक्त खाद्य हैं लेकिन इनसे भी एसिड पैदा होती है। हालांकि कार्बोहाइड्रेट, प्रोटीन तथा चर्बीयुक्त खाद्य शारीरिक स्वास्थ्य के लिए जरूरी हैं लेकिन शरीर इनकी वजह से तभी स्वस्थ रह सकता है जब इनको एक निश्चित अनुपात में लिया जाये। कार्बोहाइड्रेट, प्रोटीन तथा चर्बी से जो एसिड उत्पन्न होता है उसके असर की बुराइयों के उन्मूलन के लिए फल, तरकारिया तथा सलाद पर्याप्त मात्रा में खाये जाने चाहिए। अन्न, चीनी, गोशत, मछली आदि ये सब चीजे एसिड पैदा करती हैं।

यदि कार्बोहाइड्रेट (यथा रोटी और चीनी) तथा प्रोटीन (जैसे गोशत और मछली) को छोड़कर अन्य कोई चीज नहीं खायी जाती तो उदर और आंतों में हमेशा एसिड रहता है। कुछ समय बाद यह एसिड उन कोषों को नुकसान पहुंचाना और विषाक्त कर देना शुरू कर देता है जिनके सम्पर्क में वह आता है और जुकाम, सर्दी, गठिया, फोडो आदि के रूप में यह विष शरीर से निकलने का प्रयास करता है।

यदि भोजन का पचहत्तर प्रतिशत भाग ऐसा हो जिसमें फल, कच्ची तथा पकी तरकारियां हो तो एसिड को पैदा होने से रोका जा सकता है क्योंकि शेष पचास प्रतिशत कार्बोहाइड्रेट, प्रोटीन तथा चर्बी से जो एसिड पैदा होगा उसको शरीर अपने साधारण ढंग से बाहर निकाल सकता है। फल के अलावा तरकारिया जहां तक हो सके कच्ची ही ली जानी चाहिए। ऐसा करने से खाद्य पदार्थों के विटामिन—वे तत्त्व जिनसे शरीर को जीवनीशक्ति मिलती है नष्ट नहीं होने पाते। बहुत-सी ऐसी तरकारियां कच्ची भी खायी जा सकती हैं जिनको पहले पका के खाये जाने का रिवाज-सा हो गया है। ऐसी तरकारियों में गाजर, चुकंदर, शलजम मूली आदि का नाम लिया जा सकता है। इसी प्रकार गोभी, हरी मटर, पालक और हाथीचख आदि को भी खाना चाहिए इनसे सरसो टमाटर ककड़ी आदि से बनाये जाने वाले

सामान्य सलाद का स्वाद भी बढ़ जाता है।

ऐसे भोजनों की बहुत-सी तालिकाएँ तैयार हो गयी हैं जिनके अनुसार बच्चों की भोजन-व्यवस्था करने से यह विश्वास हो सकता है कि बच्चे को 75 प्रतिशत ऐसा भोजन मिल रहा है जिसमें क्षार तत्त्व अधिक है। भोजन योजना की ये तालिकाएँ अपनी सामग्री में मुख्यतः फल और तरकारियाँ ही रखती हैं। आलू को इनमें कोई स्थान नहीं दिया जाता है। इस प्रकार की समस्त योजनाएँ यह मानकर चलती हैं कि बच्चे को दिन-भर में तीन बार से अधिक भोजन नहीं दिया जाना चाहिए और हर भोजन के बीच कम-से-कम पांच घण्टे का अन्तर रखना चाहिए। भोजन के बीच के समय में जहाँ तक हो सके बच्चे को कुछ भी खाने के लिये नहीं देना चाहिए।

इन भोजन योजनाओं में यह भी व्यवस्था दी गयी है कि भोजन के साथ बच्चों को कोई पेय पदार्थ भी नहीं देना चाहिए। सर्वोत्तम विधि यह है कि मुख्य भोजन के तीन घण्टे बाद या अगले भोजन के आधे घण्टे पहले ही कोई पेय दिया जाये। पहले लोगों को यह व्यवस्था कुछ कठिन अवश्य लगती है लेकिन इससे घबड़ाने की जरूरत नहीं है। प्रारम्भ में खाने के बाद या पहले ही पेय पदार्थ देने की आदत डालनी चाहिए। एक बार पेयों को भोजन के साथ न लेने की आदत पड गयी तो फिर आगे दिक्कत नहीं होगी। सर्वाधिक स्वाभाविक और स्वास्थ्यवर्धक पेय शुद्ध जल, फल और तरकारियों के रस ही होते हैं। चाय और कॉफी आदि जैसे पेय जिनमें मद्यसार होता है, बच्चों को हरगिज नहीं दिये जाने चाहिए।

पेयों को भोजन के साथ देना इसलिये न उचित होगा क्योंकि उनमें शरीर के वे रस घुल जाते हैं जिनसे पाचन होता है। पाचन रसों के पेय पदार्थ में घुल जाने से भोजन ठीक-ठीक नहीं पच पाता। इसलिये, पेय पदार्थ जब भोजन के काफी देर बाद दिये जाते हैं तो उस समय तक पाचन क्रिया समाप्त हो चुकी होती है और पेयों की वजह से उनमें कोई बाधा नहीं पड पाती। वास्तविकता यह है कि फलों और तरकारियों में पहले से ही काफी जल होता है, इसलिए, रोटी दाल-भात के भोजन की अपेक्षा ऐसे भोजन में पानी की खाने के समय वैसे भी कम जरूरत पडती है।

बच्चा जितना भोजन करता है उसमें कार्बोहाइड्रेट और प्रोटीन वाले पदार्थ कुल भोजन के एक चौथाई ही हो। ऐसा करने का एक तरीका यह भी है कि पहले भोजन में केवल फल-ही-फल बच्चे को दिये जाये, दूसरे भोजन में सलाद-ही-सलाद दिया जाये और तीसरे में उबली और पकी तरकारियाँ मात्र ही दी जाये। इनके साथ कार्बोहाइड्रेट और प्रोटीन वाले पदार्थ एक-चौथाई ही होने चाहिए।

एक दूसरा तरीका भी है। वह यह कि सवेरे के नाश्ते में बच्चे को केवल फल-ही-फल दिये जाये। और दोपहर के भोजन के वक्त कच्चा सलाद और कार्बोहाइड्रेट दिये जायें प्रोटीनयुक्त कोई भी सामग्री न दी जाये और शाम के भोजन

में उबली या भाप में सिजी तरकारिया तथा प्रोटीन दी जाये, कार्बोहाइड्रेट वाली कोई खाद्य सामग्री न दी जाये। सच तो यह है कि ऐसे बहुत-से खाद्य पदार्थ होते हैं जिनमें कार्बोहाइड्रेट और प्रोटीन दोनों के तत्त्व होते हैं। यह दूसरी बात है कि किसी खाद्य-पदार्थ में कार्बोहाइड्रेट के तत्त्व अधिक हों तो दूसरे में प्रोटीन के। इसलिए किसी हद तक तो दोनों को अलग कर सकना एकदम असंभव है। फिर भी यह भी तो संभव ही है कि एक भोजन के साथ रोटी, आलू आदि दिया जाये और दूसरे भोजन के साथ पनीर, अण्डा, गोश्त या मछली दी जाये।

हर दशा में बच्चे को फल, कच्चा सलाद और तरकारिया अधिक-से-अधिक मात्रा में दी जानी चाहिए। कच्चे सलाद के साथ बच्चे को थोड़ी-सी रोटी, एक भुना हुआ आलू और थोड़ा-सा मक्खन दिया जा सकता है। उबली तरकारियों के साथ एक अण्डा या थोड़ा-सा पनीर भी दिया जा सकता है। कभी सलाद के साथ भी अण्डा और पनीर आदि दिया जा सकता है। ऐसी दशा में रोटी, मक्खन या आलू देना आवश्यक न होगा। जब फल न मिलते हों अथवा बहुत तेज (महंगे) हों तो फलों के बजाय कच्ची गाजर देनी चाहिए। भोजन की व्यवस्था का क्रम पहले से ही निर्धारित कर लेना अच्छा होता है।

भोजन की व्यवस्था

नाश्ता सुबह 7.30 या 8 बजे—फल ताजे बढ़िया फल या मन्दी (मद्धिम) आच में पके कुछ फल या कटे और रात-भर भीगे सूखे फल जैसे—अजीर, खजूर, सूखे बेर, जामुन आदि। या सूखे मेवे बिना भीगी किशमिश, खजूद आदि, या कच्ची कटी गाजर। सूखे मेवे, कटे और भीगे हुए, किशमिश का उपयोग कच्चे सलाद में या फलों के सलाद में भी उन्हें मीठा करने के लिए किया जा सकता है।

दोपहर का भोजन दिन में 12.30 या 1 बजे—उबली हुई तरकारिया, अण्डा, गोश्त या मछली अथवा प्रोटीनयुक्त कोई चीज जिसके बाद कच्चे या मन्दी (मद्धिम) आच में पके कुछ फल या सूखे मेवे या पहले से भीगे मेवे दिये जा सकते हैं लेकिन माडीदार या स्टार्च वाली कोई चीज न दी जाये।

शाम का भोजन संध्या 5.30 या 6 बजे—कच्चा सलाद पर्याप्त मात्रा में और रोटी तथा मक्खन या आलू बाद में दिया जा सकता है। ताजे या पके फल दिये जा सकते हैं लेकिन हलुआ या स्टार्च वाली कोई चीज नहीं दी जानी चाहिए।

इन तीन प्रकार के भोजनों के क्रम में सुविधा और इच्छानुसार कोई भी परिवर्तन किया जा सकता है। शर्त यही है कि हर दो भोजन के बीच में पाच घण्टों का अन्तर होना चाहिए। पकाने से हमेशा भोज्य-पदार्थों के जीवनदायी तत्त्व नष्ट हो जाते हैं। इसलिए कच्ची तरकारियों या ताजे फलों का सलाद देना हमेशा

लाभदायी होता है। जब दिन में दो बार सलाद दिया जा रहा हो तो एक सलाद के साथ थोड़ी-सी रोटी और मक्खन दिया जा सकता है तथा दूसरे सलाद के साथ एक अंडा, थोड़ा-सा गोश्त या पनीर का टुकड़ा दिया जा सकता है। स्टार्चयुक्त हलुआ या केला जब भी दिये जाये तो उनकी जगह फिर रोटी या आलू उतना ही कम कर दिया जाना चाहिए।

कुछ बच्चों को नाश्ते के वक़्त यदि केवल फल ही दिए जाते हैं तो वे बड़ी जल्दी भूख लगने की वजह से कुछ और खाने के लिए मागने लगते हैं। ऐसी अवस्था में उन्हें कुछ सूखे मेवे दे देना उपयुक्त होगा क्योंकि इनमें मिठाई होती है जो इस खाद्य को गरिष्ठ बना देती है। यदि इससे भी उनकी भूख न मिते तो फलों का हलुआ (एक प्रकार की मिसल) बच्चों को दिया जा सकता है। इसमें कार्बोहाइड्रेट और प्रोटीन पचीस प्रतिशत होनी चाहिए तथा शेष पचहत्तर प्रतिशत फल होने चाहिए।

फलों का हलुआ बनाने के लिए एक बड़ी चम्मच साफ जई या जई का आटा रात को भिगो दे। सुबह एक बड़ा या दो-तीन छोटे सेब कुचलकर जई में मिला दे। सेब का छिलका भी रहना चाहिए। फलों के हलुए में सेब का छिलका या उसका ऊपरी भाग मालूम नहीं पड़ेगा। भिगोया हुआ जई का आटा या जई को सेब में अच्छी तरह मिला दे। इसमें कुछ किशमिश या छुहारे डाल दे या एक-दो सूखे भीगे बेर मिला दे। इस सामग्री में फलों का रस मिला दे। थोड़ा शहद या किसी किस्म का शर्बत स्वाद बदलने के लिए मिलाया जा सकता है। इससे थोड़ी मिठास और बढ़ जायेगी। इसको तश्तरी में रखने के बाद ऊपर से कतरे हुए मेवे बुरक दे और बीच में छोटा गड्ढा करके उसमें थोड़ा गाढ़ा दूध या क्रीम भर दे। यह बड़ा ही स्वादिष्ट हलुआ है और बच्चे इसे बहुत पसन्द करेंगे। बच्चे इसे दोपहर या शाम के भोजन के वक़्त भी खा सकते हैं।

सेब की जगह नाशपाती अथवा नारंगी या अंगूरों का भी प्रयोग फलों का हलुआ बनाने में किया जा सकता है। सतरे की कुछ फांके, नींबू या अंगूर का गूदा भी इस हलुए का स्वाद बढ़ाने के लिए मिलाया जा सकता है। जिन दिनों फल बहुत तेज (महंगे) हों उन दिनों कच्ची गाजर से भी यह हलुआ बनाया जा सकता है।

यह स्वाभाविक है कि अन्य लोगों की अपेक्षा बच्चे इस हलुए को अधिक जल्दी पसन्द करने लगते हैं। मा को भी बच्चे को इसे खिलाने का अभ्यास डाल देना चाहिए, क्योंकि अन्त में उसे फल और तरकारियों के आधार पर ही बच्चे को रखना है—यह बात वह नहीं भूल सकती। यह बात दूसरी है कि वह बच्चे की रुचि के अनुसार कभी फल अधिक खिलाये या तरकारियां। यदि सारा परिवार ही इस प्रकार का भोजन करने लगे तो इसमें कोई शक नहीं कि बच्चे इस प्रकार का भोजन करने का अभ्यास और भी जल्दी कर लेंगे हैं। ये चीजें बड़ों और बच्चों दोनों के लिए समान रूप से

लाभदायी होती है इसमें कोई शक नहीं।

साधारण बीमारी के दिनों में या गम्भीर बीमारी के बाद स्वास्थ्य-लाभ के दिनों में जब बच्चे को केवल फलो पर ही रखने का समय समाप्त हो जाये तब मा को इस बात का ख्याल रखना चाहिए कि बच्चा केवल ऊपर बताये गये भोजन पर ही रहे।

ऐसे दिनों में बच्चे को गोश्त, मछली या अण्डा देने के बजाय हमेशा सूखे फल ही देने चाहिए। गोश्त और मछलिया एक प्रकार से जीवों के ही मृत शरीर होते हैं, इसलिये ये अण्डे और पनीर से भी अधिक विषैले होते हैं और इन्हें हजम करना अपेक्षाकृत और भी अधिक कठिन होता है। अण्डा और पनीर—ये दोनों भी जानवरों से ही उत्पन्न पदार्थ हैं लेकिन ये मृत जीवों के शेष नहीं हैं। यही कारण है कि आजकल बहुत-से लोग अपने बच्चों को शाकाहारी बनाना पसन्द करते हैं।

आजकल ऐसे शाकाहारियों की कमी नहीं है जो पूर्णतः शाक-भाजी के आहार पर ही निर्भर करते हैं। वे अण्डा, पनीर, दूध या शहद भी नहीं लेते। इसमें कोई शक नहीं कि पशुओं से बनाये जाने वाले हर पदार्थ में अस्वास्थ्यकारी तत्वों के होने की संभावना बनी रहती है या उसमें बीमारियों के कीटाणु भी छिपे रह सकते हैं—खासतौर से उस समय जब कि जिस पशु या पक्षी से वे पदार्थ बनाये गये हों—वे स्वयं अस्वस्थ रहे हों।

दूध बड़ी जल्दी खराब होता है और गाय के शरीर से बाहर आने के बाद उसमें किसी भी किस्म की बीमारी के कीटाणु बहुत जल्दी पनपते हैं। प्रकृति ने गाय का दूध उसके बछड़े के लिए बनाया है—शिशुओं और बड़े बच्चों के लिए नहीं। शिशुओं और बड़े बच्चों के लिए गाय के दूध में शारीरिक पोषक तत्व अवश्य अधिक होते हैं लेकिन उनमें मस्तिष्क को विकसित करने वाले तत्व बिल्कुल नहीं होते हैं। इसलिए बच्चों के लिए दूध का प्रयोग बड़ी सावधानी से करना चाहिए। बच्चे को जहां तक हो सके पहले मां के दूध पर ही रखना चाहिए और उसे यदि मां का दूध किसी कारणवश न मिल सके तो भी पूरी तरह गाय के दूध पर तो कदापि नहीं रखना चाहिए। फलों और तरकारियों के रस भी ऐसे बच्चों को देने चाहिए।

मां का दूध बन्द कर दिए जाने पर बच्चों को गाय के दूध के बिना भी वे सारे पदार्थ मिल जाते हैं जो उनके स्वास्थ्य विकास के लिए आवश्यक होते हैं। लेकिन यदि बच्चे को दूध दिया भी जाये तो वह खाद्य मानना चाहिए, पेय नहीं। कहने का आशय यह है कि दूध भोजन का एक अंश समझा जाना चाहिए। उसे दो भोजनों के बीच में नहीं देना चाहिए। यह बात बहुत महत्वपूर्ण है क्योंकि आजकल स्कूलों में मध्यान्तर काल में बच्चों को दूध देने का रिवाज काफी चल पडा है। दूध की वजह से सुबह के नाश्ते के पाचन कार्य में बाधा पडती है और बच्चा दोपहर के भोजन के लिए समुचित ढंग से तैयार नहीं हो पाता। मतलब यह है कि उसे एक बजे तक अच्छी तरह भूख नहीं लग पाती

जो भी खाद्य-पदार्थ बच्चे को दिए जाये वे अपनी स्वाभाविक अवस्था में होने चाहिए। अभिप्राय यह है कि गेहूं के आटे का चोकर न निकाला जाये, पॉलिश किया हुआ चावल भी बच्चे को न खिलाया जाये, सफेद चीनी के बजाय कुटी हुई शक्कर दी जाये, फल के गूदा के साथ उसका छिलका भी दिया जाये, आलू भी छिलके सहित दिया जाये और पातगोभी के ऊपर के पत्ते भी खिलाये जायें।

तरकारी की ऊपर की पत्तियां भी बनायी जानी चाहिए और उनको गर्म-गर्म ही परोसना चाहिए। इन पत्तियों में भूख जाग्रत करने की बड़ी शक्ति होती है। यदि किसी शाक का जल उसके गल जाने के बाद भी सूख न पाये तो उसे निकाल लेना चाहिए और पेय के रूप में उसका उपयोग करना चाहिए।

बच्चों को चॉकलेट तथा मिठाइया देने की आवश्यकता नहीं है क्योंकि उन्हें सूखे मेवों और ताजे फलों से काफी चीनी मिल जाती है। कच्ची गाजर से भी चीनी की आवश्यकता की पूर्ति होती है। यदि बच्चों को मिठाई दी भी जाये तो वह भोजन के साथ ही दी जानी चाहिए। भोजन के पहले या बाद में मिठाई नहीं देनी चाहिए। इस प्रकार की मिठाइयों और चॉकलेटों में एक आपत्तिजनक बात यह होती है कि उनमें चीनी को इतना अधिक उबाला जाता है कि उस चीनी में खाद्य-तत्त्व रह ही नहीं जाता। लेकिन इससे भी बड़ी आपत्तिजनक बात यह है कि इन मिठाइयों से एसिड बहुत अधिक बनता है।

प्राकृतिक चिकित्सा की कुछ बातें

प्राकृतिक चिकित्सा में कुछ और भी ऐसी बातें हैं जो बड़ी सहायक सिद्ध हो सकती हैं लेकिन इस जगह हम उन पर विस्तारपूर्वक विचार नहीं कर सकेंगे। फिर भी नीचे लिखी बातें महत्वपूर्ण हैं—

1. बच्चे को प्रतिदिन सुबह या तो ठंडे पानी से स्नान कराना चाहिए या स्पंज कराना चाहिए। स्नान या स्पंज के बाद मोटे तौलिये या मुलायम ब्रश से बदन अच्छी तरह रगड़ना चाहिए।

2. प्रतिदिन निश्चित समय पर बच्चे को सूर्य का वायु स्नान कराना चाहिए। व्यायाम भी कराना चाहिए। हो सके तो यह कार्य घर से बाहर और नंगे बदन कराना चाहिए।

3. बाहर टहलने और खेलने का भी प्रतिदिन एक निश्चित समय होना चाहिए।

4. बच्चे को पहनाये जाने वाले कपड़े ढीले होने चाहिए। अन्दर का सूती कपड़ा तो ढीला होना ही चाहिए, साथ ही जाड़ों में भी बहुत भारी कपड़े बच्चे पर न लादे जाये। भीतर और बाहर दोनों ओर पहने जाने वाले कपड़े हलके और ढीले-ढाले होने चाहिए।

5. बच्चे को गहरी और लम्बी सांसें लेने की आदत डालनी चाहिए। दौड़ने कूदने के खेलों और व्यायाम आदि से इसमें मिलेगी

6 बच्चे को हमेशा सीधे बैठने और चलते रहने की आदत डलवानी चाहिए। बच्चे की कमर झुकी और कंधे गोलाई लिये हुए न होने चाहिए। इसका एक उपाय यह है कि बच्चे को सीधा लेटा दिया जाये जिससे उसकी पीठ का सारा हिस्सा जमीन छूता रहे। इसके बाद उसे ठीक उसी मुद्रा में उठा दिया जाये। उठते वक्त यह ध्यान रखना चाहिए कि उसकी पीठ बराबर दरवाजे या दीवाल के किनारे छूती रहे। चलने और बैठने में बच्चे की पीठ ठीक इसी तरह की रहनी चाहिए।

7 सिर और मुह धोते समय कानों में बहुत अन्दर पानी नहीं डालना चाहिए। इससे कान के परदों के गीले हो जाने की सम्भावना रहती है और हो सकता है कि बच्चा इसकी वजह से कम सुनने लगे या बहरा हो जाये।

8. आंखों में शीतल जल के छीटे मारने से उनकी देखने की शक्ति बढ़ती है। छीटे आंखें खोलकर और बन्द करके दोनों तरह से लेने चाहिए। एक और बात भी करनी चाहिए। किसी चौड़े मुह के बर्तन में पानी भरकर उसमें सिर डुबाना चाहिए और अन्दर पानी में कई बार आंखें खोलनी चाहिए। यदि दोनों आंखों में से एक आंख की ताकत ज्यादा हो तो अधिक शक्ति वाली आंख को पट्टी या किसी 'शेड' से ढक लेना चाहिए और सारा काम कमजोर आंख से ही कुछ समय के लिए लेना चाहिए। यदि एक आंख में कुछ भेडा या ऐचापन हो तो भी कुछ दिनों तक या कुछ मिनट रोज केवल उसी आंख से काम लेना चाहिए जिसमें वह खराबी हो।

9. सुबह और रात को दो बार बिना टूथपेस्ट या मंजन के केवल ब्रश से बच्चे के दांत साफ किये जायें। यदि मिल सके तो मंजन के बजाय नींबू के रस की कुछ बूंदें काम में लायी जानी चाहिए। ठंडे पानी या नींबू के रस में अंगुलियां डुबा-डुबाकर उनसे धीरे-धीरे मसूढ़ों पर अच्छी तरह मालिश करनी चाहिए।

10. खरोंचों, कटे हुए स्थानों या घावों को अच्छी तरह गर्म पानी से धोना चाहिए जिससे वे स्थान बिल्कुल साफ हो जाये। इसके बाद उन पर आयोडीन की बजाय नींबू की कुछ बूंदें निचोड देनी चाहिए। इससे चोटीले स्थान के जहरीले होने की कोई सम्भावना नहीं रह जायेगी। आयोडीन से जहर फैल सकता है।

11. नींबू के रस का फोड़े और फुन्सियों पर बडा अच्छा असर होता है। इससे अन्दर का विष बाहर आ जाता है और वह उस जगह की सफाई भी रखता है।

12. ठण्डे और गर्म पानी के उपचार से मोचो तथा घावों दोनों में आराम मिलता है। जिस स्थान पर तकलीफ हो उसे पहले सह लिये जा सकने वाले तापमान के गर्म पानी में डुबा दीजिए। इसके बाद ठण्डे पानी में डुबाइए। यह क्रम बार-बार दोहराइए। पहले गर्म में और फिर ठण्डे पानी में 3 र इसके बाद आखिर में ठण्डे पानी में डुबाने के बाद छोड दीजिए।

होने में जो पानी में डुबाये न जा सकें गर्म और ठण्डे पानी की पट्टियां काम में लानी चाहिए। हर हालत में पट्टी को पानी से निकालने के बाद अच्छी तरह निचोड़ ले और उसे सम्बन्धित स्थान पर रखने के बाद किसी गर्म वस्त्र से ढक दे। दो बार गर्म पानी की पट्टी से सेकने के बाद एक बार ठण्डे पानी की पट्टी रखे। जब समाप्त करे तो ठण्डे पानी की पट्टी से करे। ठण्डे पानी की पट्टी कुछ घंटे या आवश्यकता हो तो रात-भर भी रखी जा सकती है। गर्म पानी की पट्टी जैसे ही ठंडी होने लगे उसे उठा लेना चाहिए। गर्म पट्टी को दो या तीन मिनट बाद उठाया जा सकता है। इस पर गर्म और ठंडे पानी की पट्टियों से की जाने वाली सेकाई कुछ मिनट या एक-दो घंटे तक की जा सकती है। कितनी देर सेकाई हो—इसका फैसला जब जैसी जरूरत और सुविधा हो उसे देखकर किया जा सकता है। किसी भी दशा में थोड़ा-सा समय बीच-बीच में देकर सेकाई अनेक बार तो की ही जा सकती है।

14. इस बात का ध्यान रखना चाहिए कि पाखाना रोज साफ हो जाये। प्राकृतिक उपचार में तो एक पाखाने के बजाय दिन में तीन-चार पाखाने कराने की भी व्यवस्था दी हुई है। यदि हर भोजन के बाद पाखाना करा दिया जाये तो इसमें कोई बुराई न होगी या सुबह उठने के बाद और सोते वक्त तो शौच कराया ही जा सकता है।

जिन बातों को ऊपर के कुछ अनुच्छेदों में मैंने कहा है—वे वास्तविक जीवन से लिये गये नीचे लिखे गये कुछ दृष्टान्तों से और भी अधिक स्पष्ट हो जायेंगी।

(अ) बीमारी (खांसी और ब्रांकाइटिस) के बाद किशोर का स्वास्थ्य लाभ

जब किशोर 1 वर्ष का भी नहीं था—उसे कुकुरखांसी और ब्रांकाइटिस हो गयी। डॉक्टर ने कहा कि बच्चे की हालत बहुत गंभीर है लेकिन यह नहीं बतलाया कि बच्चे से उपवास कराये जायें या नहीं और यदि उसे खाने को दिया जाये तो क्या दिया जाये। एक तरुणी नर्स भी बच्चे को देखने आयी। उसने उपवास कराने तथा भोजन देने के डॉक्टरी विधि के परिणामों को देखा था। उसने आशंका प्रकट की कि यदि कुछ जरूरी परिवर्तन इस सम्बन्ध में न किये गये तो बच्चा अवश्य मर जायेगा। उसने अत्यन्त साहसपूर्वक मां को यह सलाह दे ही डाली कि बच्चे को किसी प्रकार का कोई खाद्य या दूध न दिया जाये। इसके बजाय बच्चे को संतरे का रस और केवल साफ पानी दिया जाये। बच्चे की हालत दूसरे दिन ही बहुत कुछ सुधर गयी। मां की खुशी का तो कोई ठिकाना ही न रहा। वह बराबर बच्चे को सन्तरे का रस और साफ पानी ही देती चली गयी और यह क्रम मां ने तब तक जारी रखा जब तक बच्चे की बीमारी के सारे लक्षण लुप्त नहीं हो गये बाद में मां ने यह कहना शुरू

कर दिया कि सन्तरे के रस की वजह से ही किशोर की जान बच सकी।

(आ) लाल बुखार और 8 वर्ष का बच्चा

राजू की आयु 8 वर्ष की थी। उसका पूरा परिवार शाकाहारी था और स्वस्थावस्था में और रोगकाल में उसके घर में सदा प्राकृतिक उपचार ही होता है। राजू को स्कूल के अन्य बच्चों के साथ लाल बुखार आ गया। उसके सारे बदन पर ताल-ताल चकत्ते पड़ गये। मा ने डॉक्टर के परामर्श के अनुसार बालक का सारा भोजन बन्द कर दिया और तब तक इसी प्रकार रखा जब तक उसका ज्वर नहीं उतर गया। इसके बाद उसे कई दिनों तक केवल फलों पर ही रखा गया। बच्चा बहुत जल्द ही एकदम स्वस्थ हो गया और पड़ोसी कहने लगे कि उनकी समझ से तो राजू को लाल बुखार आया ही नहीं था क्योंकि यदि उसे सचमुच वैसा लाल बुखार आता जैसा अन्य लड़कों को आया था तो वह इतनी जल्दी स्वस्थ हो ही नहीं सकता था। पड़ोसियों के यह कहने की वजह अन्य बच्चों की वैसी ही बीमारी थी जो कई-कई हफ्तों तक चली थी।

(इ) तरुण बालिका और क्षय रोग

सरोजनी आरम्भ में बड़ी स्वस्थ थी। सबसे पहली नौकरी में उसने सारे काम बड़ी अच्छी तरह किये लेकिन बाद में चलकर वह बहुत अधिक परिश्रम करने लगी। इसी बीच घर में भी उसके सम्बन्ध कुछ बिगड़ गये। कुछ दिनों में उसे फेफड़ों का क्षय (टी. बी.) हो गया। वह एक साधारण डॉक्टर के पास चली गयी और उसी डॉक्टर से अपना स्वास्थ्य परीक्षण कराने लगी। डॉक्टर समय-समय पर सरोजनी के स्वास्थ्य का परीक्षण करता रहता था। वह डॉक्टर यह जानता था कि सरोजनी एक निश्चित और व्यवस्थित क्रम का भोजन करती है लेकिन वह यह नहीं जानता था कि सरोजनी का इलाज कोई प्राकृतिक चिकित्सक भी कर रहा है। प्राकृतिक चिकित्सक ने सरोजनी से यह कह दिया था कि वह जैसा जीवन व्यतीत कर रही है वैसा ही करती जाये। केवल दो कार्य न करे—एक तो रात में बहुत देर तक जगे नहीं और दूसरे बहुत अधिक घर से बाहर नहीं रहे।

जिस डॉक्टर को वह अपना शरीर दिखाती थी, उक्त डॉक्टर ने सरोजनी के शरीर का परीक्षण करने के बाद कहा कि उसके स्वास्थ्य में बराबर सुधार होता जा रहा है। एक साल में सरोजनी ने ऐसी दूसरी नौकरी की तलाश कर ली जिसमें वह अपने नये आहार पर रह सकती थी और अधिकांश समय खुली हवा में बिता सकती थी। कुछ ही महीनों में वह बिल्कुल स्वस्थ घोषित कर दी गयी और तब से उसे वह बीमारी फिर कभी नहीं हुई।

(ई) बच्चे और फोड़े

एक लड़की की बाह और हाथ पर बहुत फोड़े निकला करते थे। दो वर्ष तक उसने प्रचलित ढंगों से बड़ा इलाज कराया लेकिन कोई लाभ नहीं हुआ। अस्थायी रूप से एकाध फोड़ा दब जाता तो वही फोड़ा दूसरी जगह से निकल आता। स्थायी रूप से लाभ नहीं हुआ। अन्त में परेशान होकर वह एक प्राकृतिक चिकित्सक के पास चली गयी। प्राकृतिक चिकित्सक ने उस लड़की को प्राकृतिक व्यवस्था द्वारा निर्धारित आहार लेने के लिए कहा और ठण्डे और गर्म पानी का इलाज बतलाया। प्राकृतिक चिकित्सक ने यह भी कहा कि फोड़ों को निकलने से रोकना नहीं चाहिए बल्कि उनका उपचार इस प्रकार करना चाहिए कि वे और निकल आयें जिससे शरीर का सारा विष बाहर आ जाये। चिकित्सक ने यह भी बतलाया कि हो सकता है इसमें काफी समय भी लग जाये। प्राकृतिक उपचार से उस लड़की के एक साथ बहुत-से फोड़े निकल आये और तकलीफ की वजह से उसका कुछ समय के लिए बहुत बुरा हाल हो गया। फिर भी उसे प्राकृतिक चिकित्सक की बात याद थी, इसलिए वह पुनः उससे सलाह लेने गयी। चिकित्सक ने बतलाया कि उसे तकलीफ अवश्य हो रही होगी लेकिन घबड़ाने की कोई बात नहीं है। कुछ ही समय में सारे फोड़े साफ हो जायेंगे।

यही हुआ भी। धीरे-धीरे सारे फोड़े सूख गये। जो फोड़े सूख गये उनकी जगह और कोई फोड़ा नहीं निकला। ऐसा पहले कभी नहीं हुआ था। कुछ ही महीनों में उस लड़की को सब प्रकार के फोड़ों से हमेशा के लिए छुट्टी मिल गयी। लेकिन इसके बाद भी लड़की ने प्राकृतिक आहार का वही क्रम जारी रखा। एक साल बाद पिछली तकलीफों का कोई चिह्न शेष नहीं रहा था और अन्त में लड़की को भी यह विश्वास हो गया कि जो तकलीफ उसने भुगत ली है वह उसे आगे नहीं भुगतनी पड़ेगी।

(उ) छोटे बच्चों को लकवे की बीमारी

गर्मियों की छुट्टियों में एक स्कूल के दो बच्चों को लकवे की बीमारी हो गयी। इस स्कूल में बच्चों को प्राकृतिक चिकित्सा विज्ञान द्वारा निर्दिष्ट भोजन दिया जाता था और प्राकृतिक चिकित्सा द्वारा निश्चित क्रम से ही रखा भी जाता था। इनमें से एक बच्चा तो छुट्टियों में ही पूर्ण स्वस्थ हो गया लेकिन दूसरे बच्चे का हाथ ठीक से काम नहीं करता था। इस बच्चे का विशेष उपचार किया गया। फलतः कुछ ही महीनों में उसका वह हाथ भी काम करने लगा।

प्रश्नावली

1. क्या पहले भी आपने प्राकृतिक चिकित्सा की विधियों का प्रयोग किया है ?

यदि हा, तो अपने अनुभव से बतलाइए कि इनका किस मामले या किन मामलों में प्रयोग हुआ और उन प्रयोगों का क्या परिणाम हुआ ?

क्या यह ठीक है कि भोजन के मामले में बच्चों की भी रुचि या अरुचि का ख्याल रखा जाये ? आप अरुचि का कैसे उपचार करेंगे ?

आप ऐसे बच्चे को किस प्रकार अच्छा करेंगे जो बिस्तर पर पेशाब कर लेता हो ? ऐसे मामले में डराना-धमकाना क्यों हानिकारक होता है ? कोई ऐसा उदाहरण अपने अनुभव से दीजिए जिसमें बच्चे की पेशाब करने की आदत पड़ गयी हो। यह खास तौर से बतलाइए कि वह आदत छूटी या नहीं, यदि छूटी तो कैसे ?

किसी बच्चे की अंगूठा चूसने या नाखून चबाने की आदत को छुड़ाने का एकाकी प्रयत्न करना क्यों बेकार है ? आपने जिस जगह बच्चे की ऐसी आदत देखी हो उस बच्चे की वह आदत उसके व्यवहार में या घर के वातावरण के किस परिवर्तन से छूटी ?

नयी प्राकृतिक चिकित्सा प्रणाली के अनुसार किसी ऐसे बच्चे का सही उपचार करने का क्या तरीका होगा जिसे बहुत तेज ज्वर हो आया हो, या जिसका गला सूज गया हो अथवा जिसे डायरिया हो गया हो ? यदि संभव हो तो इस सम्बन्ध में अपना कुछ अनुभव भी बतलाइए।

किन-किन भोजनों से एसिड बनता है और किन-किन से शरीर की सफाई होती है और क्षार तत्त्व बढ़ते हैं ? आप इस सम्बन्ध में या तो अपना अनुभव बतलाइए या ऐसे किसी व्यक्ति का हाल बतलाइए जिसने एक प्रकार के भोजन से दूसरे प्रकार का भोजन बदला हो या उपवास किया हो। भोजन में वस्तुतः क्या परिवर्तन किया गया, क्यों किया गया और उसका क्या परिणाम हुआ ?

प्राकृतिक चिकित्सा के अनुसार दो दिनों के लिए भोजन की एक तालिका बनाइए। यह तालिका बनाते समय मौसम का तथा उन चीजों का ध्यान रखिए जो उन दिनों मिल सकती हैं। एक दिन की भोजन तालिका (Menu) गर्मी के मौसम की हो और दूसरे दिन की सर्दी की। हर तालिका में यह स्पष्ट रूप से बतलाइए कि कौन-कौन-से फल दिये जायें, सलाद में क्या-क्या मिलाया जाये और कौन-कौन-सी सब्जियां रहे। यह भी लिखिए कि आप कौन-कौन-सी कार्बोहाइड्रेट, प्रोटीन तथा चर्बी की समाग्रियां इस भोजन तालिका में साथ रखेंगे ?

अध्याय-7

भय

यह सर्वमान्य तथ्य है कि बड़े लोग अपने विशेष भय को बच्चों के सामने प्रकट करते हैं और परिणामतः बच्चे भी बड़ों की ही भांति उन बातों से डरते रहते हैं जिनसे उनके बड़े डरा करते हैं। इस तरह के बहुत-से उदाहरण दिये जा सकते हैं। यदि कोई बच्चा बिजली की कड़क, तेज हवा या किसी रोग विशेष से भयभीत रहता है तो इसका साफ-साफ यह अर्थ है कि वह उक्त बातों से भयभीत रहने वाले लोगों के साथ रहा है।

फिर भी यह बात कम लोग जानते हैं कि बच्चों पर भय और बेचैनी के वातावरण का बड़ा असर पड़ता है। हो सकता है इस प्रकार के वातावरण से बच्चे कल्पित कारणों के आधार पर ही भयभीत रहने लगे या यह भी हो सकता है कि वे विशेष प्रकार के किन्हीं नये भयों की कल्पना कर बैठें। बच्चे इस मामले में बड़े सचेत होते हैं। ऐसा भी सम्भव है कि मां किसी भय को प्रत्यक्षतः न देखती हो और न उस सम्बन्ध में कोई बात ही कहती हो लेकिन बच्चा मां की उस मानसिक हलचल को समझ जाये और जिससे वह कल्पना कर ले कि घर के बड़े लोग भयग्रस्त हैं। बच्चे को जैसे ही यह पता चला या उसे यह सन्देह हुआ कि कहीं कोई भय की बात है—उसका बच्चे की मानसिक स्थिति और भावनाओं पर असर होना आरम्भ हो जाता है। कोई अविचारपूर्ण बात कह देने से बच्चा भयभीत हो जाता है। अबुद्धिमत्तापूर्ण आलोचना करने का भी यही परिणाम हो सकता है। शलतफहमी अज्ञान, अप्रिय अनुभव, क्रोध, दण्ड और निर्दयता से भी बच्चे में भय की भावना जाग्रत हो उठती है।

सामान्यतः बच्चों के भय तर्क जगत् की सीमा से परे होते हैं। फिर भी किसी भय विशेष की पृष्ठभूमि समझ लेने के बाद आश्वासन से भय सम्बन्धी कठिनाई या तो दूर हो जाती है अथवा और अधिक बढ़ने नहीं पाती। बच्चा वस्तुतः किस बात से डरता है—शायद यह बात कोई भी नहीं जान पाता क्योंकि वह अपने भय का कारण किसी को बतला नहीं सकता है और इसी वजह से भय जड़ भी पकड़ लेते हैं। लेकिन जब भी किसी ऐसे कार्य को करने से बच्चे को रोका गया हो जिसे वह उस समय तक खुशी से करता रहा हो तो बड़ों को सावधानी से यह देख लेना चाहिए कि कहीं उस निषेध की वजह से बालक के मन में कोई भय तो पैदा नहीं हो गया

है या बच्चे के दिमाग में कोई खास कठिनाई तो उत्पन्न नहीं हो गयी है। ऐसी अवस्था में बच्चे के भय या उसकी कठिनाई को जानने के लिये बड़ी चतुराई और धैर्य की आवश्यकता पडती है क्योंकि बच्चा असल बात को छिपाने की कोशिश करता है।

नीचे लिखे कुछ अनुभव मुझे हुए हैं। इन दृष्टान्तों से बच्चों के कुछ भयों या उन भयों की शुरूआतों को समझा जा सकता है। बच्चों के भयभीत हो जाने के भिन्न-भिन्न कारण थे लेकिन मूल कारणों को काफी कठिनाई के बाद ही जाना जा सका।

(अ) 7 वर्ष की बच्ची का मूर्ख प्रतीत होने से घबड़ाना

मीरा की आयु तब 7 वर्ष की थी। कुछ ही दिनों पूर्व उसके बड़े हुए टैंसिलो का ऑपरेशन हुआ था। इस ऑपरेशन के कुछ ही पहले बीमारी की वजह से वह कुछ बहरी-सी हो गयी थी और बराबर चुपचाप ही बैठी रहती थी। एक दिन वह अपनी किसी रिश्तेदार के साथ मन्दिर गयी और ऐसा हुआ कि उस दिन मन्दिर के पुजारी ने बच्चों के लिए ही एक भाषण दे डाला। मीरा उस दिन ध्यान से वह भाषण न सुन सकी। बाद में जिन रिश्तेदार के साथ वह गयी थी—उन्होंने जब यह पूछा कि उसने पुजारी की कहानी ध्यान से क्यों नहीं सुनी और मन्दिर के पुजारी की तरफ एक बार भी देखा क्यों नहीं तो कुछ देर मीरा बिल्कुल चुपचाप रही लेकिन बाद में अत्यन्त आत्मविश्वास के साथ बोली, 'बताती हूँ, मैं क्यों पुजारी की कहानी सुनते वक्त उनकी तरफ नहीं देख रही थी। कारण यह है कि जब मैं सिर उठाकर किसी की तरफ लगातार देखती रहती हूँ तो मेरा मुंह खुल जाता है और लोग समझते हैं कि मैं बिल्कुल मूर्ख हूँ। इसीलिये जहां तक हो सकता है मैं लोगों की तरफ देखती नहीं हूँ।'

सौभाग्यवश, बच्ची की मां को यह बात ज्ञात हो गयी। मां ने लडकी को समझा दिया कि ऑपरेशन के बाद से वह नाक से ही अच्छी तरह सांस ले सकती है—इसलिए उसे अब यह भय छोड़ देना चाहिए कि यदि वह किसी की तरफ देखेगी तो उसका मुंह खुल जायेगा जैसा कि कुछ दिन पहले होता था। मां को यह कभी भी पता न चल सका कि जब मीरा का मुंह खुला रहता है तो वह मूर्ख-सी प्रतीत होती है, पता नहीं यह बात किसने कह दी थी। मां ने बाद में यह अनुभव किया कि यदि भाग्यवश उसे अपनी पुत्री की इस कठिनाई का जल्दी ही पता न चल गया होता तो न जाने यह कितनी बढ़ जाती और बच्चों को न मालूम कितनी हानि होती।

यदि मीरा की मा प्राकृतिक चिकित्सा की विधि से परिचित होती तो शायद वह यह भी जान लेती कि ऑपरेशन से बच्ची को किस प्रकार बचाया जा सकता था

(आ) गलत काम करने का भय

मीरा से एक दिन शाम को कहा गया कि वह अपने खिलौने रख दे और सोने चले। वह जिस खिलौने से खेल रही थी उसके बहुत-से टुकड़े थे। इन टुकड़ों को बटोरने में उसने बड़ा समय लगा दिया। उससे कई बार जल्दी करने के लिए कहना पड़ा। आखिरकार जो महिला उसे सुलाने वाली थी वे झुझला पड़ीं। उन्हें लडकी की दीर्घसूत्रता पर गुस्सा आ गया। उन्होंने समझा कि लडकी सोने के लिए जान-बूझकर देर कर रही है। उस महिला ने मीरा की मां से बच्ची की शरारत की शिकायत कर दी और उस समय मीरा के लिए कोई भी सन्तोषजनक उत्तर देना बड़ा कठिन हो गया। लेकिन इस बार भी पहले की भांति अत्यन्त आत्म-विश्वासपूर्वक मीरा ने उत्तर दिया, 'मा,' उसने कहा, 'मैंने समझा था कि मिस रेखा (मीरा की एक स्कूल अध्यापिका) मेरे खिलौने के एक टुकड़े पर बैठी थी और मैंने यह पसन्द नहीं किया कि मैं उनसे अपने खिलौने के टुकड़े को दूँड लेने के लिए उठ जाने को कहूँ। मुझे यह भय था कि कहीं वे मेरे इस काम को नापसन्द न करे।'

मीरा के जीवन से दिये गये उक्त दो उदाहरण बच्चों के बहुत गहरे भयों के उदाहरण नहीं हैं लेकिन इनसे यह तो प्रकट ही है कि बहुत-से बच्चों और बड़ों के अन्दर भय किस स्थान से जड़ें जमाना शुरू करता है। भद्दा दिखलायी पडने का भय, गलत बातें करने का भय और लोगों से भिन्न दिखलायी पडने का भय आदि ये कुछ ऐसी बातें हैं जो बहुत आगे चलकर कभी-कभी बड़ा विकराल रूप धारण कर लेती हैं।

(इ) अशुद्ध बोलने से उत्पन्न कठिनाइयाँ

बच्चों को कभी-कभी अपने अशुद्ध बोलने से बड़ी परेशानी महसूस होने लगती है। एक मैं ऐसी छोटी लडकी को जानती हूँ जिसका नाम चन्द्रा था। पढने में तेज होने के कारण उसे अपने गाँव का वजीफा मिला था। वजीफा पाने के बाद वह गाँव से पास के कसबे के स्कूल में पढने चली गयी। वहाँ उसने अनुभव किया कि वह उस प्रकार नहीं बोल पाती जिस प्रकार उसकी अन्य सहपाठिने बोलती है और अध्यापिका बराबर चन्द्रा की उच्चारण की गलतियाँ सुधारतीं। उसे 'ह' बोलने में विशेष कठिनाई होती थी। वह इस बात की कोशिश करती थी कि उक्त स्वर युक्त कोई भी शब्द उसे न बोलना पड़े और इसके लिये वह बड़ा प्रयत्न करती। एक बार उसने मुझे बतलाया कि वह ऐसा इसलिए करती है क्योंकि उसकी असफलताओं को बहुत बुरी दृष्टि से देखा जाता है।

एक बार उसने इतिहास की कक्षा में एक प्रश्न का उत्तर देते हुए केवल इसलिए 'हेमा' का नाम नहीं लिया क्योंकि वह 'ह' से बचना चाहती थी। उत्तर के अन्त में



चन्द्रा को जिस बात का डर था वही बात हुई। अध्यापिका ने कह दिया कि 'हेमा का नाम न लेने की वजह से तुम्हारा एक नम्बर कट गया स्पष्ट है कि इस तरह के व्यवहार से बच्ची का भय दूर या कम नहीं हो सकता था।

(ई) माता-पिता के मर जाने का भय

माता-पिता यह अनुभव नहीं करते कि वे जो बातें बिना सोचे-विचारे कह देते हैं उनका बच्चों पर कितना गहरा असर पड़ता है। कभी-कभी उन बातों की ऐसी प्रतिक्रिया होती है कि वह जीवन-भर दूर नहीं हो पाती। सरस्वती की मां अपने तथा अपने पति के स्वास्थ्य के सबध में बहुत अधिक फिक्र किया करती थी। एक दिन सरस्वती से कोई ऐसी भूल हो गयी जिस पर उसके पिता नाराज हो गये। इस पर परेशान और अस्वस्थ मां ने सरस्वती से कहा, 'तुम्हारे पिता के अधिक समय जीवित रहने की सम्भावना नहीं है। तुम जानती ही हो कि उनका स्वास्थ्य कितना नाजुक है। तुम यह भी जानती हो कि मैं भी कितनी बीमार रहती हूँ। ऐसी हालत में उन्हें तुम्हारे साथ जितने दिन रहना है—उतने दिन ठीक से रहो और इस बीच हम लोगो को इस प्रकार की चिन्ताओं में न डाला करो।' सरस्वती के दिमाग में यह बात घर कर गयी और जब भी वह कुछ सोचती उसके कानों में अपनी मा की यह बात गूँजा करती। उसकी मा यदि जरा भी बीमार पड़ती या पिता तनिक भी अस्वस्थ हो जाते तो वह यह भी समझती कि वे अब जरूर मर जायेंगे। जब भी वह कभी छुट्टियाँ मनाने जाती तो उसे बाहर ऐसा लगता कि पता नहीं लौटकर जाने पर उसे अपने माता-पिता जिन्दा मिलेंगे या नहीं? ऐसा बहुधा होता है कि बच्चे माता-पिता के शब्दों को अक्षरशः सत्य मान लेते हैं और कभी बड़ों द्वारा कही गयी बात पर स्वप्न में भी शका नहीं करते। अतएव इस प्रकार की बातों को कहने से जहाँ तक हो सके बचना चाहिए।

(8) सीमा का केमिस्ट की दुकान पर अकेले जाते हुए डरना

सीमा की आयु 10 वर्ष की थी। वह शुरू से ही बड़ी होशियार और समझदार लड़की मानी जाती थी और थी भी। वह कसबे से होती हुई बहुत दिनों से रोज अकेली स्कूल जाती थी। एक दिन उसे एक टूथब्रुश की जरूरत पड़ी। सीमा की चाची ने स्कूल जाते समय उसे ब्रुश खरीदने के लिए पैसे दे दिये और कह दिया कि लौटते समय वह ब्रुश खरीद ले। सीमा ने उस समय कोई आपत्ति नहीं की लेकिन कई दिन बीत गये, उसने अपने लिए ब्रुश नहीं खरीदा। अतः एक दिन उसकी चाची ने जिनके साथ वह रहती थी, सीमा से कहा कि वह नीचे जाकर पड़ोस के केमिस्ट की दुकान से ब्रुश खरीद लाये। सीमा को इस सलाह से बड़ी परेशानी हुई। सीमा की चाची की

समझ में यह बिल्कुल ही नहीं आया कि बात क्या है। उसने अपनी चाची से कई बहाने किये और जब देखा कि वह उन्हें सन्तुष्ट ही नहीं कर पा रही है तो रोने लगी और बोली, 'मुझे केमिस्ट के यहां जाने में बड़ा डर लगता है।'

अब सीमा का डर मालूम हो गया था। इसलिए उसकी चाची के लिए यह आसान हो गया कि वह उसे समझा सके कि इसमें डरने की कोई बात नहीं है। बाद में धीरे-धीरे यह डर दूर भी हो गया। कम-से-कम वह एक ऐसी 20 वर्ष की युवती की भांति होने से तो बच गयी जो इतनी बड़ी हो जाने पर भी खरीददारी करने से डरा करती थी और उसके जूते जब तक बिल्कुल ही न कट जाते थे तब तक वह उनका खरीदना टालती रहती थी।

(ऊ) आंधी और बिजली से भयभीत होना

कभी-कभी अभिभावकों को इस बात में बड़ी कठिनाई होती है कि जिन बातों से वे डरते हैं उनसे उसके बच्चे न डरने लगे। एक महिला ने मुझे बतलाया कि बचपन में उन्होंने आंधी और बिजली द्वारा एक मकान का भयानक विनाश होते देखा था और तब से वे बिजली की कड़क और चमक से बहुत ज्यादा भयभीत हो जाती है। उनका कहना था कि वे अपने बच्चों को उस भय से बचाना चाहती है जिससे वे स्वयं ग्रस्त हैं। लेकिन इस कार्य के करने में उन्हें बड़ी कठिनाई का अनुभव होता है। जब कभी बिजली कड़कती है तो वे बच्चों को पिता के पास छोड़कर किसी अकेले कमरे में चली जाती हैं। इसमें कोई शक नहीं कि उक्त महिला ने बच्चों को इस डर से बचाने का प्रयत्न करके बड़ी बुद्धिमानी का कार्य किया और इस बात की सभावना भी कम है कि मा का असर बच्चों पर भी पड़ सकेगा।

भय के यथार्थ कारण के चेतन मस्तिष्क में रहने पर अकारण आतंक पैदा नहीं होता और यदि कोई डरता भी है तो वह दूसरों को अपने भय का कारण बतला सकता है। ऐसी अवस्था में अन्य लोग उस व्यक्ति के भयभीत होने से नहीं डरते क्योंकि वे कारण जानते हैं। ऐसा बहुधा होता है कि जब किसी आतंककारी अनुभूति से कोई भय जम जाता है तो वह वैसी अवस्था उत्पन्न हो जाने पर पुनः जाग उठता है। ऐसी दशा में पैदा होने वाला भय भावनात्मक या मानसिक न होकर बहुत कुछ भौतिक अवस्थाओं के कारण होता है।

(ए) तेज हवा का आतंक

मेरी मा ने अपने बचपन में एक बार देखा था कि तेज हवा की मार से एक पवनचक्की का ऊपर का भाग उड़ गया और बहुत दूर जाकर गिरा। तब से जब भी तेज हवा चलती वे घबड़ा जाती थीं। जब हम लोग बच्चे थे तो मा के इस प्रकार डरने

पर अक्सर आश्चर्य प्रकट किया करते थे। लेकिन मा ने अपने भय का कारण बतला दिया था—इसलिए हम लोग अपनी मां के भय के कारण कभी भयभीत नहीं हुए। हम लोग समझ गये थे कि वे अपनी एक पूर्वानुभूति के कारण डरती है।

(ऐ) एक बालिका का छुटपन का भय

रुचिका मेरी एक परिचित कलात्मक स्वभाव की अत्यन्त संचेत्य बालिका है। अभी हाल ही में उसने मुझे अपने बचपन के एक भय का किस्सा बतलाया जिसकी वजह से वह कई वर्षों तक परेशान रही थी। बचपन में एक बार 8 वर्ष की अवस्था में उसे ऐसा ज्वर आया था कि उसके बाद से उसका हृदय बड़ा कमजोर हो गया। उसके घर वालो ने इस आशंका से कि वह कहीं डर न जाये रुचिका को उसकी हृदय की कमजोरी के सम्बन्ध में कुछ नहीं बतलाया। उन लोगों ने रुचिका से यह भी नहीं कहा कि वह अधिक परिश्रम न करे। इसके बजाय रुचिका की बड़ी बहन आभा से उन लोगो ने कह दिया कि वह अपनी छोटी बहन का यह ध्यान रखे कि रुचिका बहुत अधिक चिन्ता न कर पाये और न अपनी शक्ति से अधिक परिश्रम ही कर पाये क्योंकि उसकी छोटी बहन का हृदय बड़ा दुर्बल है। आभा ने इन बातों का बड़ा ध्यान रखा। लेकिन उसे रुचिका के बारे में जो गुप्त सूचना थी—वह उस सूचना को रुचिका को भी बताना चाहती थी लेकिन वह यह भी जानती थी कि उसे ऐसा कभी नहीं करना चाहिए। आभा से यह पहले भी कह दिया गया था कि रुचिका को उसके दिल की कमजोरी के बारे में कभी कोई बात न बतलायी जाये।

आभा ने रुचिका से इस तरफ अनेक बार संकेत किया और अन्त में एक बार यह कह भी दिया कि 'रुचिका। मैं तुम्हारे बारे में एक बड़ी ही गुप्त बात जानती हूँ।' रुचिका ने आभा से बार-बार वह बात बतला देने के लिए कहा लेकिन आभा ने हर बार कह दिया कि 'वह बात मैं तुम्हें हरगिज, हरगिज नहीं बतलाऊंगी।' अब रुचिका को फिक्र हो गयी कि वह क्या बात हो सकती है। वह दिन-रात उसी बात को सोचती रहती। वह अपनी कल्पना से तरह-तरह के अन्दाज उस गुप्त रहस्य के बारे में करती। इन कल्पनाओं के फलस्वरूप उसने नतीजा निकाला कि वह अवश्य ही गोद ली हुई नाजायज बालिका है जिसे कोई भी नहीं चाहता है। यह बात आभा उसे बतलाना नहीं चाहती। यह विचार बराबर उसके दिमाग में चक्कर काटता रहता। अपने इस विचार के बारे में रुचिका ने किसी से कुछ कहा भी नहीं। अन्त में, जब वह काफी बड़ी हो गयी, तब उसने अनुभव किया कि उसकी शक्ति उसके माता-पिता से कितनी मिलती है, कि वह सचमुच उनकी ही पुत्री है, गोद ली हुई बालिका नहीं है। तब जाकर कहीं रुचिका का वह मर्मभेदी भय समाप्त हुआ।

यदि सीमा के माता-पिता बच्चों की मानसिक स्थिति जानते होते तो उन्हें

अपनी पुत्री को वास्तविकता बतला देने में कोई भी झिझक नहीं होती। एक बार रुचिका को यदि अपनी शारीरिक कमजोरी ज्ञात हो जाती तो वह भी अपने आप ही सभलने की कोशिश करती और आभा को किसी भी प्रकार के आदेशों को देने की आवश्यकता ही न रह जाती।

(ओ) यौन ज्ञान न होने का भय

मैं एक ऐसी लड़की को भी जानती हूँ जिसे 15 वर्ष की आयु तक यौन सम्बन्धी बातों का कोई समुचित ज्ञान न था। उन्हीं दिनों उसे मासिक धर्म होना शुरू हो गया था।

एक दिन स्कूल से आते हुए रेल के डिब्बे में उसके एक बालक मित्र ने उसे पकड़कर घसीट लिया और हाथ पकड़कर कुछ दूर तक ले गया। उसने कुछ नाराज होकर उस लड़के से हाथ छुड़ा लिया और उसके पास से हट आयी। वह नाराज तो हुई ही साथ ही कुछ भयभीत भी हो गयी। उसे इस बात का भय था कि कहीं लड़के के इतने पास आ जाने से वह गर्भवती न हो गयी हो। उसका यह भय उस समय और भी अधिक बढ़ गया जब इस घटना के कई महीने बाद तक उसे मासिक धर्म ही नहीं हुआ। (उस लड़की के कान में कहीं से यह भनक पड़ गयी थी कि गर्भावस्था में मासिक धर्म नहीं होता।) उसका उक्त भय तभी दूर हुआ जब पुनः स्त्राव आरम्भ हो गया। लेकिन जब तक वह भयग्रस्त रही—उसकी परेशानी का कोई ठिकाना नहीं था। वह हर वक्त निराश रहती थी और कोई भी काम नहीं कर पाती थी। यदि उस बालिका को समुचित यौन सम्बन्धी ज्ञान होता तो वह शायद इस भयकर मानसिक सन्ताप से बच जाती लेकिन उसे ये बातें केवल परम्परागत यौन-दमन के विचारों और यौन भयों के कारण नहीं बतलायी गयी थी।

प्रश्नावली

- 1 यदि कोई बच्चा किसी कारणवश अंधेरे से डरने लगे तो आप उसे अंधेरे के भय से कैसे मुक्त करेंगे ?
 - 2 गोद लिये जाने या माता-पिता के मर जाने से उत्पन्न होने वाले भयों को आप कैसे दूर करेंगे ?
 - 3 आप किसी बच्चे को उसके जन्म के तथ्यों के बारे में कब और कैसे बतलायेंगे ? आप किसी ऐसे बच्चे का किस्सा बतलाइए जो अपने जन्म संबंधी तथ्यों को न जानने के कारण परेशान रहा हो। ('ओ')
- क्या आप किसी ऐसे बालक को जानते हैं जिसमें भद्दा लगने-हास्यास्पद प्रतीत

होने, दूसरो का ध्यान खींचने या गलत काम करने के भयों में से किसी एक ने उग्र रूप धारण कर लिया हो ? क्या आप जानते हैं कि सबसे पहले यह कठिनाई कैसे शुरू हुई ? ('अ', 'आ' 'इ' और 'ई')

5. आप बच्चों को जानवरो से बहुत अधिक अबुद्धिमत्तापूर्ण परिचय के खतरो से सावधान रखते हुए उन्हे जानवरों के कारण उत्पन्न होने वाले भयों से किस प्रकार बचायेगे ?
6. यदि किन्ही बच्चों में कोई असाधारणता या कोई विशेष दोष हो तो उससे उत्पन्न होने वाले भय से आप उन्हे कैसे बचायेगे ? ऐसे बच्चों को यह भय रहता है कि लोगों का ध्यान उनकी ओर उनकी गलती की वजह से अकारण आकृष्ट हो जाता है। ऐसे बच्चे का भय आप कैसे दूर करेगे ?
7. आप अपनी या अपने किसी परिचित की बचपन की कोई गुप्त चिन्ता या कोई गुप्त भय बतलाइए ! यह भी बतलाइए कि यह भय कैसे उत्पन्न हुआ और वह अन्त में कैसे दूर हुआ ?



अध्याय-8

तेरा-मेरा

बच्चे की यह अन्तर्प्रवृत्ति होती है कि वह अपने लिए ही सारी चीजें इकट्ठी करना चाहता है। वह अपने ओर पास की सारी वस्तुओं का अपने लिए प्रयोग करना चाहता है। उसकी यही सहज प्रवृत्तियाँ प्रत्येक घर और स्कूल के लिए समस्याएँ बन जाती हैं।

यह बहुत ही आवश्यक है कि बच्चे में दूसरे की चीजों के प्रति भी सम्मान की भावना जागे। मेरा विश्वास है कि इस भावना को बच्चे में जाग्रत कराने का सबसे अच्छा ढंग यह है कि उसकी अपनी कुछ ऐसी चीजे हों जिन पर उसका अपना एकाधिकार हो और उनमें कोई भी हस्तक्षेप न करे। यह तरीका मेरे परिचित कुछ व्यक्तियों के तरीके से कहीं अधिक अच्छा है। इन व्यक्तियों ने अपने बच्चों की स्वतन्त्रता बनाये रखने के लिए अपने कमरों की सारी मूल्यवान वस्तुएँ हटा दी थीं और अपने घर की सारी खिडकियों में लोहे की छडेँ जड़वा दी थीं जिससे कोई दुर्घटना न हो सके। इसका नतीजा यह हुआ कि बच्चे बिल्कुल स्वच्छन्द हो गये। उनमें किसी की चीजों के लिए कोई सम्मान पैदा नहीं हुआ। न उनमें यही इच्छा पैदा हुई कि वे किसी की भावना को ठेस नहीं पहुँचायें।

कुछ बच्चों को अपनी चीजे संभालकर रखने में बड़ी परेशानी होती है। उनकी यह परेशानी तभी दूर होती है जब वे यह सीख लेते हैं कि उन्हें भी दूसरे की चीजों का सम्मान करना चाहिए, उन्हें नुकसान नहीं पहुँचाना चाहिए। इसलिए छोटे बच्चों को आरम्भ से ही यह शिक्षा देनी चाहिए कि वे अपनी चीजों की रक्षा करना सीखें। उन्हें यह भी बतलाना चाहिए कि वे कुछ चीजे न छुएँ और जिनको छुएँ उन्हें काम खत्म हो जाने के बाद यथास्थान रख दें।

इससे बच्चे में व्यवस्था की भावना पैदा होती है। वह अपने खिलौने संभालकर रखने लगता है। इस दृष्टि से बच्चे का अपना भी कोई छोटा स्थान जरूर होना चाहिए जहाँ वह उन चीजों को हिफाजत के साथ रख सके। छोटे घरों में या जहाँ स्थानाभाव हो वहाँ ऐसा करना बड़ा कठिन होता है। फिर भी बच्चों को छोटा-मोटा एकाध कोना कहीं-न-कहीं अवश्य दे देना चाहिए जहाँ वह अपना सामान रख सके। अलमारी का एक एक खाना आप प्रत्येक बच्चे को दे सकती हैं। इसी प्रकार दरारे

छोटे बक्से या काठ की अलमारियों के एक-एक भाग हर बच्चे को दिया जा सकता है।

मेरा तो यह अनुभव है कि यदि बच्चे के मुंह पोछने के कपडे, टूथब्रश, तौलिया तथा बाहर पहन के जाने के कपडों का एक स्थान आप निर्धारित कर दें तो स्कूल या घर के व्यवस्थित रूप को बनाये रखने में बड़ी सहायता मिलती है। इसके लिए खूटिया या हुक भी बहुत थोड़े-से खर्च में लगाये जा सकते हैं और इनके लगाने में भी कोई विशेष कठिनाई नहीं होगी। यह अच्छा होता है कि आप बच्चे के मुंह पोछने की तौलिया, उसके टूथब्रश तथा अन्य कपडों पर उसका नाम लिख दें या वह पढ़ न सकता हो तो उसका कोई प्रतीक या रंग निर्धारित कर दें। इसी प्रकार की पद्धतियाँ अपनाने से बच्चा आत्म-निर्भर बनेगा और अपनी चीजों के लिए सावधान रहेगा। जब स्नानगृह का सारा सामान हर एक की सम्पत्ति होता है और वहाँ रखे सामान से यह नहीं जाना जा सकता कि कौन सामान किसका है तो स्नानगृह की व्यवस्था और संभाल की जिम्मेदारी कोई भी अपनी जिम्मेदारी नहीं समझता। स्कूलों में तो यदि हर बच्चे को अलग-अलग सामान न दिया जाये तो चर्म रोगों के फैलने का बड़ा खतरा रहता है।

जब मैं 5 वर्ष की आयु से नीचे 25 वर्ष के एक नर्सरी क्लास की इंचार्ज थी तब मैंने यह अनुभव किया कि पेसिल और रंग के बक्से अक्सर लापता हो जाते। अतः मैंने हर बच्चे की पेसिल और रंग के बक्से पर उसका खास निशान बना दिया। उस समय के बाद से अगले दो वर्षों तक एक भी पेसिल या रंग का बक्स नहीं खोया।

लेकिन हर घर या हर स्कूल में कुछ ऐसी भी चीजे होती हैं जिनसे सब लोग समान रूप से काम लेते हैं और जिसके लिए एक से अधिक व्यक्ति जिम्मेदार होते हैं। यथा—फुटबाल तभी खेला जा सकता है जब बहुत-से बच्चे हो यदि फुटबाल रखने की जिम्मेदारी किसी पर नहीं डाली जाती तो बहुत सम्भव है कि जल्दी ही वह फुटबाल खो जाये। ऐसे मामलों में यह अच्छा होता है कि हर सप्ताह एक बच्चे को यह जिम्मेदारी बारी-बारी से सौंप दी जाये कि वह खेल खत्म हो जाने के बाद निश्चित स्थान पर फुटबाल रख दे। मैंने देखा है कि बच्चे इस तरह की अपनी जिम्मेदारी को बड़ी गंभीरता के साथ पूरा करते हैं। लेकिन माता-पिता या अध्यापक भी इस बात का ध्यान रखें कि दूसरा कार्यक्रम तभी शुरू किया जाये जब पहले कार्यक्रम की सारी चीजे उठाकर रख दी जाये। ऐसा करने से चीजों की रक्षा में बड़ी सहायता मिलती है।

जब बच्चों से उनकी चीजे रखवाने का काम कराना हो तो उसकी चेतावनी कुछ पहले ही दे देना अच्छा होता है। उदाहरण के लिए यदि सोने का वक्त होने जा रहा है और बच्चे से खिलौने रखवाने हैं तो रखवाने का कार्य आरम्भ कराने के कुछ मिनट पूर्व बच्चे को सावधान करके बतला देना चाहिए कि सोने का वक्त हो गया है और अब उसे अपने खिलौनों के रखने की तैयारी कर लेनी चाहिए। इस प्रकार

से सावधान कर दिये जाने से बच्चा मांग पूरी करने के लिए मानसिक रूप से अपने आपको तैयार कर लेता है और अपना खेल खत्म कर देता है। उदाहरण के लिए यदि उसने घर बनाया होता है तो वह उसे खोल लेता है, रग मुखा लेता है और इन सब कामों के करने में जैसी सावधानी रखना चाहता है, वह भी रख लेता है।

कुछ बच्चे बहुत ही व्यक्तिवादी होते हैं और अपने खिलौने दूसरे बच्चों को देने में बहुत डरते हैं। ऐसी अवस्था में उन्हें ऐसे खेल खिलाने चाहिए जिनमें कई साथी होने पर ही खेलने में बड़ा आनन्द आता है। इससे वे बच्चे यह समझ सकेंगे कि साथियों के होने से खेल और भी मनोरंजक हो जाता है। ऐसे खेलों से बच्चा अपने खेलों की सामग्री दूसरों को देने लगता है और यह प्रवृत्ति पैदा हो जाना स्वयं एक बहुत बड़ी सफलता है।

(अ) 7 वर्ष की बालिका का अपने छोटे भाई को गुड़िया दे देना

विमला की आयु जब 7 वर्ष की थी तब उसमें अपने खिलौनों को बेहद सभालकर रखने की आदत थी। उसका उससे छोटा एक भाई था जिसे वह बहुत चाहती थी। त्यौहार के अवसर पर विमला को एक बड़ी सुन्दर गुड़िया उपहार में दी गयी। वह वैसी गुड़िया बहुत दिनों से चाहती भी थी। इस गुड़िया पर विमला के छोटे भाई की आख पड़ गयी और वह अपने किसी भी खिलौने से अधिक उस गुड़िया के लिए मचलने लगा। वह बार-बार झुकता और विमला की गुड़िया उठा लेने की कोशिश करता। विमला अपने भाई की हर इच्छा पूरी करने के लिए बड़ी उत्सुक रहती थी। इसलिए यह स्वाभाविक था कि वह भाई की इच्छा के अनुसार गुड़िया उसे पकड़ा देती। लेकिन विमला यह जानती थी कि उसका छोटा भाई किस प्रकार लापरवाही से कीमती-से-कीमती खिलौना जमीन पर दे मारता है। यह दृश्य विमला से छोटा लेकिन सबसे छोटे भाई से बड़ा भाई भी, जिसकी अवस्था 5 वर्ष की थी, देख रहा था। वह स्वयं बड़ा उदार था और विमला की भाँति अपने खिलौनों की ज्यादा परवाह भी नहीं करता था। उसने विमला के सकोच को देखकर कहा, 'विमला ! उसे वह गुड़िया दे दो।' लेकिन विमला सशय में ही पड़ी रही। इस पर 5 वर्ष का बालक अपने पिता की तरफ मुड़कर बोला, 'पापा ! विमला से छोटा भैया उसकी गुड़िया मांग रहा है। क्या विमला को उसे अपनी गुड़िया नहीं देनी चाहिए ?' विमला के पिता उस समय कुछ पढ़ रहे थे—इसलिए उन्होंने इस बात पर ध्यान नहीं दिया कि उनसे क्या पूछा गया है और बोल पड़े, 'हाँ बेटी ! दे दो, दे दो !' पिता के कहने पर विमला ने अत्यन्त चिन्तापूर्वक अपनी गुड़िया छोटे बच्चे के हाथ में दे दी। एक सेकेण्ड से भी कम समय में शिशु ने गुड़िया के बाल नोंच डाले। विमला यह दृश्य देखकर घबड़ा गयी और दौड़कर उसने अपनी गुड़िया पकड़ ली बच्चा भी गुड़िया

पकड़े रहा और यह रस्साकशी तब तक चलती रही जब तक मा वहा नहीं गयी और उन्होंने गुडिया बच्चे से लेकर विमला को नहीं दिलवा दी। इतने पर भी गुडिया के कुछ बाल नुच गये थे और कुछ खराब हो गये थे। इस प्रकार के अनुभवों से बच्चों की हिल-मिलकर खेलने की प्रवृत्ति नष्ट हो जाती है। इसलिए यदि वे कोई आशका प्रकट करते हैं—विशेषकर शीघ्र ही खराब या नष्ट हो जाने वाले खिलौनों के सम्बन्ध में तो उनकी इस आशका का ख्याल रखना चाहिए, विशेषकर, चित्र पुस्तकों, गुडियों आदि के सम्बन्ध में।

(आ) 3 वर्ष के बच्चे का अपना इंजन दे डालना

कुछ बच्चे स्वभावतः बड़े उदार होते हैं। वे अपनी चीजे या खिलौने जो कोई मागता है, उसे दे देने को तैयार हो जाते हैं। श्याम 3 वर्ष का था। वह उन दिनों एक नर्सरी स्कूल में पढता था। उस स्कूल ने यह तय किया कि किसी शुभ दिन के अवसर पर पुराने खिलौने गरीब बच्चों को दे दिये जायें, जिनसे बच्चे न खेलते हों। घर लौटने पर श्याम ने बतलाया कि वह अपना इंजन, जिसे वह बहुत चाहता था, गरीब बच्चों के लिए दे देगा। श्याम की मा को यह चिन्ता हुई कि कहीं बच्चा अपनी इस उदारता के लिए बाद में पछताए नहीं। लेकिन मा बच्चे की इस उदारता की भावना में बाधक भी नहीं बनना चाहती थी—इसलिए जब श्याम अपना इंजन देने के लिए स्कूल ले जाने लगा तो उसने रोका भी नहीं।

दूसरे दिन ही वह अपने इंजन के लिए रोने लगा और मा के यह समझाने पर भी न माना कि उसने अपनी इच्छा से ही वह इंजन गरीब बच्चों को दे डाला है। अच्छा होता यदि मां ने बच्चे को यह साफ-साफ बतला दिया होता कि एक बार दे देने के बाद उसे वह इंजन कभी खेलने को भी नहीं मिलेगा। मेरा ख्याल है कि 3 वर्ष के बच्चे से यह तय कराना ही चाहिए कि वह कौन-सा खिलौना देगा; बल्कि, उससे यह कहना भी ठीक नहीं होगा कि वह किसी भी खिलौने को दे दे।

(इ) 4 वर्ष की बच्ची का छोटे भालू को घर ले जाना

छोटे बच्चों के लिए अपने-पराये की समस्या बड़ी कठिन होती है इसीलिए अन्य चीजों की भांति इस क्षेत्र में भी काफी अनुभव की जरूरत पड़ती है।

कभी-कभी ऐसा होता है कि बच्चे परायी चीजों को बिना यह समझे ले जाते हैं कि वे चीजे दूसरे की हैं। ऊषा 4 वर्ष की बच्ची थी। एक दिन वह अपने नर्सरी स्कूल से खिलौने का छोटा भालू अपने घर लेकर चली गयी। घर पहुंचने पर एक मिनट के लिए भी उसने वह खिलौना अपने हाथ से नहीं छोड़ा और यदि उसे कोई यह ख्याल भी दिलाता कि उसे वह खिलौना वापस करना है तो वह जोर-जोर से रोने

लगती। दूसरे दिन सुबह बच्ची की मा मेरे पास आयीं और उन्होंने विस्तारपूर्वक बतलाया कि क्या हुआ है ? उन्होंने यह भी कहा कि ऊषा उसे वापस करने के लिए तैयार नहीं है। मैंने ऊषा की मा को समझा दिया कि वे एक-दो दिन ठहर जायें। इस बीच बच्ची स्वयं ही वापस करने के लिए राजी हो जायेगी।

दूसरे दिन ऊषा जब स्कूल से वापस चली गयी तो उसकी मा आयी और वह खिलौना वापस कर गयी। मां ने बतलाया कि बच्ची खिलौना हाथ में लिये-ही-लिये सो गयी तो वे स्वयं उसके कमरे में चुपचाप घुस गयीं और धीरे से वह खिलौना उसके हाथ से बिना उसे जगाये उठा लयीं और इसके बाद उन्होंने वह खिलौना छिपा दिया। सवेरे जब बच्ची ने खिलौना नहीं देखा तो वह बुरी तरह रोने लगी। मैंने बतलाया, 'लेकिन मैं तय कर चुकी थी कि उसे वह खिलौना नहीं रखना चाहिए। मैं नहीं चाहती कि वह आगे चलकर चोर बने। मैंने बालिका की मां को समझाने का यह भरसक प्रयत्न किया कि उनकी यह आशका निर्मूल है लेकिन वे नहीं मानी। मैंने यह भी बतलाने की कोशिश की कि मैं चाहती हू कि ऊषा स्वयं ही वह खिलौना वापस लाये जिससे वह यह सीख सके कि वह खिलौना हम सबका है और स्कूल में इसीलिए रखा गया है कि उससे सब लोग खेल सकें।

तभी ऊषा ने अपनी मा को देख लिया और उसने यह भी देख लिया कि वह छोटा भालू मां के हाथ में है। वह उसे देखकर खुश हो गयी। मैं वह खिलौना लिये उसके पास चली गयी और मैंने ऊषा को बतलाया कि यह खिलौना हम सबका है लेकिन क्योंकि ऊषा को वह बहुत पसन्द है, इसलिए हम उसे शनिवार तक के लिए यह खिलौना दिये दे रहे हैं। वह शनिवार के बाद जब स्कूल आये तो उसे लेती आये। वह इस बात से बड़ी खुश हो गयी कि मनचाहा खिलौना वह एक बार फिर पा सकेगी। सोमवार को सुबह जब वह स्कूल आयी तो बड़ी खुशी-खुशी वह खिलौना अपने साथ वापस भी लेती आयी। मैंने ऊषा को वह खिलौना इसलिए फिर ले जाने दिया क्योंकि मैं गत रात्रि का अप्रिय अनुभव उसके मस्तिष्क से हटा देना चाहती थी। इसके साथ ही मैं यह भी चाहती थी कि वह उस खिलौने को बिना किसी दबाव के अपनी इच्छा से ही वापस करे।

(ई) 6 वर्ष की बच्ची का अपने स्कूल के दो रंग के डिब्बों का घर ले जाना

मेरा यह भी ख्याल है कि कभी-कभी बच्चे दूसरो की चीजें ले जाते समय यह तो अनुभव करते हैं कि वे परायी चीजें लिये जा रहे हैं लेकिन उनमें कोई ऐसी इच्छा होती है जिसका वे प्रतिरोध नहीं कर पाते। सीमा की आयु जब 6 वर्ष की थी तब उसे चित्रकारी का बड़ा शौक था यह बात उसके चित्रों से भी प्रतीत होती थी लेकिन शायद बहुत-से लोग यह नहीं जानते थे कि वे चित्र उसके जीवन के विशिष्ट अंगों



का प्रतिनिधित्व करते थे। वह हर सप्ताह चित्रकारी के घण्टे की बड़ी उत्सुकता से प्रतीक्षा करती थी। एक दिन तीसरे पहर सीमा बड़ी क्रुद्धावस्था में रोती हुई अपनी मा के साथ स्कूल वापस लौटी। मा भी बहुत नाराज थीं। मां के हाथ में रंग के दो डिब्बे थे। मां ने बतलाया कि सीमा उनको स्कूल से चुराकर ले गयी है। उन्होंने यह भी कहा कि सीमा को ऐसा कार्य करने के लिये उन्होंने बहुत कडा दण्ड दिया है। मा के सामने मैं सीमा से कोई बात न कहलवा सकी। मैंने सीमा की मा से पूछा कि क्या लडकी के पास घर पर रंग का कोई बक्स है? इस पर मा ने उत्तर दिया कि 'इस प्रकार गन्दगी फैलाने वाली चीजों को घर मे रखने की इजाजत मैं नहीं दे सकती।' मैंने बतलाया कि सीमा को चित्रकला और रंग के काम से कितना प्रेम है और क्या वे घर में सीमा के लिए ऐसी कोई व्यवस्था नहीं कर सकतीं जहा बैठकर वह चित्रों मे रंग भरकर अपना मन बहला सके। लेकिन मैंने अनुभव किया कि मैं सीमा की मा को समझा नहीं पायी और सीमा को घर पर अपने रंग रखने का मौका कभी भी नहीं दिया गया होगा। बाद में सीमा ने बतलाया कि वह रंग का एक बक्स अपनी छोटी बहन आभा के लिए ले गयी थी और दूसरा बक्स अपने लिए। तब मैंने उसे समझाया कि सबके रंग के बक्स स्कूल मे ही रहने क्यो आवश्यक है ? इस बच्ची के मामले मे इस घटना से हम दोनो के संबंध और भी घनिष्ठ होने आरभ हो गये। बच्ची को इतना स्नेह पहले शायद कभी नहीं मिल पाया था।

(उ) 6 वर्ष की बालिका का स्कूल की रबड़ और पेंसिलें घर ले जाना

मेरी कक्षा मे एक बार स्वाती नाम की 6 वर्ष की बालिका पढ़ने आयी। मैंने देखा, उसे पेंसिलें और रबड़ें इकट्ठी करने का बडा शौक है। एक दिन उसकी सन्दूकची में से सभी आकार की चालीस पेंसिलें और दस रबड़ें निकलीं। मैं बहुत दिनों से अनुभव कर रही थी कि पेंसिलें कक्षा से ऐसे गायब हो जाती हैं जैसे कोई जादू कर देता हो। मैंने तय किया कि उसे दो-तीन बढिया-बढिया खूबसूरत पेसिले, जिन पर उसका नाम लिखा हो—उसे दे दूं। मैं स्वाती के साथ एक अन्य अध्यापिका की भाति व्यवहार नहीं करना चाहती थी। उन्होंने एक पेसिल खो जाने पर बालिका की सारी चीजें खुलवाकर देख ली थीं और उससे सारी चीजें छीन ली थीं। मैंने ऐसा करना उचित नहीं समझा। लेकिन पेसिलो का उपहार दे देने से समस्या संतोषजनक रूप से हल हो गयी। मैंने फिर कभी नहीं सुना कि उसने कोई पेसिल ली हो और न इसके बाद मेरी कक्षा से कभी पेसिले ही गायब हुईं।

(ऊ) 3 वर्ष की बच्ची और नर्सरी के खेल का सामान

यदि किसी बच्चे की इच्छा बार-बार यह होती हो कि वह दूसरों की चीजें अपने

घर ले जाये तो इस आदत को छुड़ाने में सफलता प्राप्त करने के लिए अध्यापक को बच्चे के घरवालों का सहयोग अवश्य मिलना चाहिए। मेरी कक्षा में एक बार सुमन नाम की 3 वर्ष की एक बच्ची आयी। पता नहीं क्यों उसके मन को स्कूल की छोटी तराजू के हलके वजन वाले बटखरे बहुत अधिक भा गये। वह कई बार इनको घर ले गयी और हर बार बालिका की मां की इच्छानुसार सुमन की एक चाची आकर उन बटखरो को वापस कर जाती। वीर की चाची का सुमन के प्रति किया जाने वाला व्यवहार हमेशा अमैत्रीपूर्ण होता था और वे उसके विरुद्ध हमेशा कुछ-न-कुछ बातें भी कह देती थी। इसका एक कारण यह भी था कि सुमन नाजायज सम्बन्धों से उत्पन्न हुई थी। कई दिन ऐसा हुआ कि सुमन उन बटखरो को स्कूल आने पर अपनी जेबों में रख लेती और दिन-भर इसी प्रकार उन्हें लिये घूमा करती और रोज शाम को जाते वक्त उन्हें यथास्थान रख देती। एक बार ऐसा हुआ कि वे बटखरे गायब हो गये और फिर कभी नहीं दिखलायी पड़े। मैंने कई बार सुमन की मा को स्कूल बुलवाया और कई बार स्वयं भी मिलने गयी लेकिन उद्देश्य सिद्धि न हुई। मैं समझती हूँ कि इसी वजह से सुमन की समस्या को मैं कभी नहीं सुलझा पायी।

(ए) 12 वर्ष की बालिका और छात्रवृत्ति

कोई-कोई बच्चा अपवादात्मक रूप से योग्य होता है लेकिन ऐसे बच्चे अक्सर देखा गया है कि अपनी चीजों को सफाई और व्यवस्था से नहीं रख पाते। कभी-कभी ऐसे बच्चे के लिए यदि वास्तविक सहयोग प्राप्त हो जाये तो आप बहुत कुछ और भी बड़ी जल्दी कर सकते हैं। नेहा ऐसी ही बच्ची थी। उसकी आयु 12 वर्ष की थी तभी उसने छात्रवृत्ति प्राप्त कर ली थी। वैसे भी वह बड़ी होशियार थी। उसकी अग्रेजी तो काफी अच्छी थी। वर्ष के अन्त में नेहा की मा को हेडमास्टर का एक पत्र मिला जिसमें लिखा था कि यदि नेहा ने अपना काम नहीं सुधारा तो उसकी छात्रवृत्ति बन्द कर दी जायेगी। बालिका के विरुद्ध शिकायत यह थी कि वह अपनी किताबें बेहद गन्दी रखती थी। पता नहीं वह उन पर जाने क्या-क्या लिख देती थी। उसके कपड़े भी गन्दे रहते थे, साथ ही वह समय का पालन भी नहीं करती थी। ऐसा लगता था कि नेहा अपनी पुस्तकों के सम्बन्ध में उत्तरदायित्वों को ही नहीं समझती थी और अपने काम में भी कोई खास दिलचस्पी नहीं लेती थी।

अन्त में नेहा की मा ने अपनी बालिका की बालशाला की एक अध्यापिका से मुलाकात की और उनसे नेहा के सम्बन्ध में चर्चा की। यह अध्यापिका नेहा की प्रशंसा करती थी और जब वह नेहा को पढ़ाती थी तो हमेशा नेहा की मां से बच्ची की तारीफ किया करती थीं। मां के साथ नेहा भी अपनी इन्हीं अध्यापिका के पास गयी थी। इस मुलाकात में अध्यापिका ने यह पता लगा लिया कि वास्तविक कठिनाई क्या

है। पता यह लगा कि नेहा कविताओं और कहानियों को जब सुनती है तभी उसे जो कुछ भी अच्छा लगता किताब पर लिख लेती है। इसके बाद वह उन्हीं चीजों के बारे में सोचती रहती है। दयालु अध्यापिका ने नेहा को समझा दिया कि पुस्तकें गन्दी करना या स्वयं गन्दा रहना बुरी बात है लेकिन कविता और कहानियों का भी स्थान है। नेहा उन्हें भी लिखे लेकिन एक अलग कॉपी पर। और उक्त अध्यापिका ने नेहा को एक कॉपी अलग से दे दी। नेहा की छात्रवृत्ति बन्द नहीं हुई और उसके सबध में लोगो की यह धारणा भी बनी रही कि वह वस्तुतः योग्य लड़की है। लेकिन यदि उसकी मां तथा अध्यापिका के बीच उक्त सहयोग न हुआ होता तो यह कह सकना बड़ा कठिन है कि नेहा की छात्रवृत्ति चालू रह पाती।

प्रश्नावली

- 1 यदि किसी बच्चे को जिसकी आयु 6 वर्ष की हो अपने बाबा-दादी के पास रहने के लिए एक मास के लिए गांव जाना हो तो आपकी समझ में बच्चे के साथ कौन-कौन-सा सामान (खिलौने और कपडे आदि) जाना चाहिए ?
- 2 किसी ऐसे बच्चे का किस्सा बतलाइए जिसने कई बार ऐसी चीजें चुराई हो जिनका मूल्य की दृष्टि से कोई महत्त्व न हो। क्या आप बता सकते हैं कि बच्चे ने ऐसा क्यों किया ? क्या वह बच्चा सुखी परिवार का था और क्या बड़ों से उसे उतना स्नेह मिलता था जितना मिलना चाहिए था ? इस हरकत पर बच्चे के साथ क्या व्यवहार किया गया और अन्त में क्या हुआ ? ('इ', 'ई', 'उ', 'ऊ')
- 3 बच्चे के खिलौनों के एक स्थान पर रखने का सबसे अच्छा तरीका क्या है ?
- 4 क्या बच्चों से यह आशा करनी चाहिए कि वे अपने कपडे साफ रखेंगे ?
- 5 यदि किसी बच्चे से अपने सामान को हिफाजत से रखने के लिए बहुत अधिक कहा जायेगा तो उसका नतीजा क्या होगा ? इन नतीजों से कैसे बचा जा सकता है ?
- 6 किसी ऐसे बच्चे का किस्सा बतलाइए जिसके घर में माता-पिता या अन्य सर्वाधिकारियों से लड़ाई रही हो और बच्चे ने चोरी की हो। बच्चे की चोरी पकड जाने पर उसके साथ कैसा व्यवहार किया गया और अन्त में क्या हुआ ? ('इ', 'ई', 'उ', 'ऊ')
- 7 किसी ऐसे बच्चे के सबध में बतलाइए जिसे अपने से किसी छोटे भाई या बहन द्वारा उसके किसी खिलौने के तोड दिए जाने से दुःख हुआ हो। इस कठिनाई का सामना किस प्रकार किया गया और क्या अन्त में उसका कोई सन्तोषजनक हल निकल सका अ'

अध्याय-9

सच और गप्प

हम अनुभव द्वारा बतला सकते हैं कि सच और गप्प के बीच हमें कहा सीमारेखा अंकित करनी चाहिए और जहा अनुभूति नहीं होती वहां इन दोनों की सीमाएँ साफ-साफ नहीं बतलायी जा सकती। ऐसी परिस्थितियों में यह स्वाभाविक है कि बच्चे सच और गप्प के बीच का भेद ठीक-ठीक नहीं समझ पाते और दोनों के बीच अन्तर स्थापित करने में उन्हें कठिनाई अनुभव होती है। उनका अनुभव भी सीमित होता है, उनके निर्णय और विवेक की शक्ति भी अपरिपक्व होती है, इसलिए बच्चों की कठिनाई कुछ और भी बढ़ जाती है। यही नहीं, बच्चों को बहुत-सी बातें बिना अपने अनुभव के माननी पड़ती हैं। जो कुछ उनसे कह दिया जाता है, वही उन्हें स्वीकार कर लेना पड़ता है। वे स्वयं उन मौलिक सिद्धान्तों और अपरिवर्तनीय नियमों की कभी परीक्षा नहीं कर पाते जिन पर ब्रह्माण्ड स्थिर है। अतएव यह नतीजा निकाला जा सकता है कि उन्हें जो कुछ बतलाया जाता है यदि वे उसकी सहायता से कोई निर्णय करने की कोशिश करें तो बहुत संभव यही है कि उनका वह निर्णय गलत हो जाये क्योंकि वे क्रिया-प्रतिक्रिया के नियम को नहीं समझते हैं। नतीजा यह होगा कि सत्य बहुत पीछे छूट जायेगा। वास्तविकता यह है कि विश्व के इतिहास में वैज्ञानिकों ने भी ऐसा बहुत किया है। बच्चों के साथ एक अन्य यह भी कठिनाई है कि वे शब्दों के अर्थों को एक-दूसरे से मिला देते हैं। इस गड़बड़ी का परिणाम यह होता है कि उनके मस्तिष्क में गलत धारणाएँ घर कर लेती हैं।

बड़ों को हमेशा यह ख्याल रखना चाहिए कि बच्चों की सच और गप्प में अन्तर समझने की शक्ति निरन्तर बढ़ती चली जाये। लेकिन माँ को यह कार्य इस प्रकार करना चाहिए कि बच्चों के लिए कहीं गप्पों का सौन्दर्य नष्ट न हो जाये, क्योंकि यदि ऐसा हुआ तो बच्चों का जीवन उसके लिए बड़ा मनहूस हो जायेगा और शायद उसके आत्मविश्वास को भी धक्का लगे। बच्चों का यह जन्मसिद्ध अधिकार है कि वह प्रसन्न रहे और अपना दिल हलका रखे और बड़ों को चाहिए कि वे बच्चों के संतोष और उनकी प्रसन्नता को अधिकाधिक गहरा बनायें। उनकी खुश रहने की स्वाभाविक प्रवृत्ति को नष्ट न होने दें।

प्राथमिक शिक्षा एवं विकास कैसे ?



बच्चों को प्रकृति की बहुत-सी आश्चर्यजनक चीजें दिखलानी चाहिए। ये चीजें प्रायः हर एक चीज में समान रूप से पायी जाती हैं। बच्चों को पत्तों का निकलना, फूल का विकसित होना, मकड़ी का नाजुक जाला बनाना, घोंसला बनाना, आकाश में बादलों का भागना, छोटे-छोटे पौधे निचले जगह बाहर आना आदि अब कुछ जादू-सा लगेगा। वे इनके सौन्दर्य का आनंद ले सकेंगे। इस तरह की चीजें हमेशा बच्चों के हृदय में प्रसन्नता जगाती जाती हैं। उन्हें छोटे-छोटे पौधों और क्यारियों की देखभाल करने का अवसर देना चाहिए। पहले फूल दिखलाने चाहिए और इसके बाद उन पौधों का नाम बताना चाहिए। इसके बाद पेड़ों के भी फूल दिखलाने चाहिए जिन्हें स

देखना अक्सर कठिन होता है बच्चों का अधिकांश समय खुली हवा में बीतना चाहिए वहीं वे प्रकृति के रहस्यों को आसानी से जान सकते हैं और उनके तथा अपने जीवन के ऐक्य को अनुभव कर सकते हैं।

यह तो साफ ही है कि परियां प्रकृति के अन्य बच्चों से बिल्कुल भिन्न प्रकार की जीव होती है। या तो वे यथार्थतः जीव ही नहीं होती और यदि होती भी है तो बहुत ही भिन्न परिस्थितियों में रहती हैं। मेरी समझ में बच्चों को जब परियों की कहानियां सुनायी जाये तो यह स्पष्ट बतला देना चाहिए कि परियां इस दुनिया में नहीं होतीं। वे कल्पनालोक में ही निवास करती हैं। यह अत्यन्त महत्त्वपूर्ण है कि बच्चे बहुत अधिक कल्पना जगत् में न रहे जहां जादू के जोर से कोई काम हो जाता है। उन्हें परियों की कहानियों, गप्पों और काव्यगाथाओं तथा दैनिक जीवन का अन्तर मालूम होना चाहिए। यह बात ठीक नहीं है कि बच्चों के लिहाज में आकर बड़े उन्हें यह बतलाने लगे कि परियों की कहानियां वस्तुतः सच्ची हैं। मैं ऐसे लोगों को जानती हूँ जो बच्चों को बतलाते हैं कि परियों की कहानियां सच हैं और अपने मन को समझा लेते हैं कि कहानियों का मूल भाव तो सच ही है। इसमें संदेह नहीं कि बहुत-सी परियों और प्राचीन कथाओं का मूलभाव सत्य होता है। उनसे बच्चों के विकास में सहायता मिलती है लेकिन कुछ मामलों में तो साफ-साफ यह जाहिर हो जाता है कि परियों की कहानियां या लोककथाएं केवल हमारे पूर्वजों के सदाचार संबंधी उन आदर्शों का दिग्दर्शन कराती हैं जो किसी समय माने जाते थे और वे आदर्श अब हमारे बच्चों के लिए उपयुक्त नहीं हैं या उनके अनुसार कार्य करने से आजकल का काम नहीं चल सकता। इस वर्ग में मैं बच्चों की अकारण हानि पहुंचाने वाली सौतेली माताओं, निर्दयी पिताओं, जलने वाले बड़े भाइयों, गलत समझे जाने वाले किन्तु चतुर पुत्र-पुत्रियों, घृणित जादूगरनियों आदि की कहानियों को रखती हूँ। मैं यह भली-भांति अनुभव करती हूँ कि यह तालिका हमारे यहां की कुछ सर्वप्रसिद्ध लोककथाओं और परियों की कहानियों को भी स्पर्श करती है लेकिन मेरा विश्वास है कि बच्चों को ऐसी कहानियां नहीं सुनानी चाहिए जिनके निहित अर्थ महत्त्वपूर्ण और बच्चों के विकास में सहायक न हों। मेरा यह भी विचार है कि परियों, उदार फादर क्रिसमस, दुष्ट आत्माओं या पिशाचों, प्रफुल्ल परियों, गंभीर राजकुमारों, सुन्दर राजकुमारियों, प्रयत्नों, खतरों की कठिनाइयों, साहस आदि की कहानियां, जब तक उनमें गुणविशेष की बातें विस्तारपूर्वक न हों, तब तक बच्चों को सुनाना निरर्थक है। उनसे बच्चों के आचरण के निर्माण में कोई सहायता नहीं मिलती। मैं समझती हूँ कि जिन कहानियों को मैंने किसी कारणवश नहीं गिनाया है यदि उनको पढ़ा जायेगा या बच्चों को बड़ों द्वारा सुनवाया जायेगा तो उनका उतना खराब असर नहीं पड़ेगा।

मुझे तो ऐसा लगता है कि हमारे चारों ओर इतनी दरिद्रता है, हम लोग पशुओं

के साथ इतना निर्दय व्यवहार करते हैं, युद्ध और युद्ध की तैयारियों की इतनी बातें करते हैं, दुनिया में हमारे चारों ओर इतनी घृणा, इतना दुख है कि उसे दूर करने के लिये हमें अपनी समस्त चेष्टाओं और व्यक्तित्व के बल से शांति, सौन्दर्य, उदारता, प्रसन्नता, गभीरता और सेवा के भाव बच्चों में पैदा करने चाहिए। मेरा तो ख्याल है कि बच्चे सत्य कथाओं को भी कल्पित कथाओं की भांति ही पसन्द करते हैं। शर्त यही है कि सत्य कथाओं के संबन्ध में पहले से ही उनके मन में कोई धारणा न हो।

मैं यह भी विश्वास नहीं करती कि हमारे बच्चे अपने आप हमारे सदाचार संबंधी आदर्शों को मानने लगे या हम उन पर वे आदर्श लादने की कोशिश करें। इसके बजाय यह कहीं अधिक अच्छा होगा कि वे क्रमशः विभिन्न अवस्थाओं से होते हुए अपेक्षित लक्ष्य पर पहुँचे और हम उनकी सफलता के संबन्ध में अधिक चिन्ता न करें। आचार और नैतिकता के ऐसे सिद्धान्त जो बच्चों की अवस्था के अनुकूल नहीं होते और उन पर लादे जाते हैं उनसे बच्चों का विकास ही अवरुद्ध होता है—और कोई लाभ नहीं होता। शायद अभी कई वर्षों तक ऐसे बच्चे पैदा होंगे जो बन्दूकों, तोपों, नगाडों और झण्डों से ही प्रेम करें लेकिन इसका यह अर्थ नहीं है कि हम ये चीजें उन्हें उपहारस्वरूप भेंट करें; या उनके सामने विश्व-बंधुत्व अथवा शांति के संबन्ध में कोई बात ही न करें। यदि हम उन्हें बन्दूकों से खेलने देते रहे और वे अपने झगडों के फैसले अपनी ताकत से करते रहें तो भी शांति और बंधुत्व की भावनाओं की वजह से उनको अन्त में अधिक नुकसान नहीं पहुँचेगा।

कोई भी बड़ा, बच्चों को यह नहीं समझ सकता कि उन्हें शांति में विश्वास करना चाहिए और ताकत से आपसी झगडों का फैसला नहीं करना चाहिए यदि वह स्वयं बच्चों द्वारा कोई भी अपराध किये जाने पर उन्हें शारीरिक दण्ड देता है। बच्चा हमारे बारे में अपनी धारणा हम क्या कहते हैं इससे नहीं बनाता अपितु उसकी धारणा बढ़े क्या करते हैं—इससे बनती है। इसमें कोई सन्देह नहीं कि बतलाये गये निर्देशों पर चलने के लिए साधारण से कहीं अधिक साहस, अधिक विश्वास, अधिक सहिष्णुता, अधिक धैर्य अधिक समझदारी की आवश्यकता पड़ती है। जो लोग बच्चों से मार-पीटकर बिना समझाए-झुझाए काम लेते हैं—स्पष्ट है उनमें उपर्युक्त गुण अपेक्षित मात्रा में नहीं होते। लेकिन बच्चे में स्नेह और विश्वास के गुणों का पैदा हो जाना अपने आपमें कुछ मूल्य रखता है और ये गुण उसमें तभी पैदा होंगे जब वह हममें सच्चाई, सौन्दर्यप्रियता और समझदारी के गुण देखेगा।

बहुत-से लोग एक तरफ तो बच्चों को परियों की कहानियाँ सुनाते हैं और दूसरी तरफ उनसे यह आशा करते हैं कि वे अपने अनुभव द्वारा हर घटना को अच्छी तरह बयान कर देंगे। इसमें सन्देह नहीं कि बच्चों में किसी यथार्थ घटना को ज्यों-का-त्यों कह देने की शक्ति होना बड़ा महत्त्वपूर्ण है और यह भी जरूरी है कि

वह घटना का वर्णन करते समय परियों की कहानी में प्रयुक्त होने वाली कल्पना का प्रयोग न करे लेकिन यदि आप किसी दुर्घटना के बारे में ईमानदार वयस्क प्रत्यक्षदर्शियों के बयानों की तुलना करें तो उनमें भी कुछ-न-कुछ गलतियां आपको मिल जायेंगी। ऐसी दशा में बच्चों से नितांत दोषहीन वर्णन की आशा करना कहां तक उचित है, या यदि वे कुछ बढ़ा-चढ़ाकर घटना का वर्णन करे तो आपका चिन्ता करना कहा तक ठीक है ?

कुछ बच्चे बड़े कल्पनाशील होते हैं। वे अपने वर्णन में कभी-कभी बिना यह समझे कि वे क्या कह रहे हैं—नमक-मिर्च मिला देते हैं। वे ऐसा इसलिए करते हैं क्योंकि वे सोचते हैं कि ऐसा ही होना चाहिए था। लेकिन कभी-कभी कहानी कहने वाले की आंख में कहानी कहते-कहते एक चमक क्षण-भर के लिए आ जाती है और उससे प्रकट हो जाता है कि आप उसकी कथा पर किस हद तक विश्वास करें। यह जरूरी है कि आप कथा कहने वाले के समक्ष यह प्रकट कर दें कि उसकी असंभव बातों में आपको कितना आनन्द आ रहा है और आप स्वयं भी उसमें कुछ बातें जोड़ने की शक्ति रखते हैं।

बच्चे एक तीसरे प्रकार की भी गलती श्रोता को भ्रम में डालने के लिए करते हैं। दुर्भाग्यवश, सम्यक्समाज में इस गलती को माफ कर दिया जाता है। नतीजा यह होता है कि मेहमानों के सामने बच्चा वक्ता की वह बातें सुन लेता है और सोचता है कि सारी सच-सच बातें सबके सामने क्यों नहीं कही जा रही हैं ? सामान्यतः बच्चा किसी घटना को बतलाते समय उसका अशुद्ध रूप इसलिए उपस्थित करता है क्योंकि वह कोई गलती छिपाना चाहता है—खासतौर से उस समय जब दण्ड मिलने की आशंका हो। बच्चा जितना भी इस प्रकार का 'झूठ' बोलता है (और यही एक प्रकार का ऐसा 'झूठ' है जिसे उसका झूठ बोलना मानना चाहिए) वह इसीलिए कि कहीं वह दण्ड न पा जाये। कभी-कभी वह कुछ व्यक्तिगत लाभ के लिए भी झूठ बोलता है। इसकी आदत को छुड़ाने के लिए सहानुभूतिपूर्ण समझदारी से काम लिया जाना चाहिए। इस प्रकार की पद्धति से बच्चे के मन का भय या अपना कोई स्वार्थ सिद्ध करने का भाव दूर हो जाता है और इनका स्थान विश्वास ले लेता है। तब बच्चे को अपने अबुद्धिमत्तापूर्ण, निर्दय स्वार्थसिद्धि प्राप्त करने की चेष्टा के परिणामों को सहने के लिए भी तैयार किया जा सकता है और उसे जहां तक संभव होता है सुधारा भी जा सकता है।

जो बच्चा अपेक्षाकृत अधिक प्रतिभासम्पन्न होता है वह दण्ड से इतना नहीं डरता जितना इस बात से कि कहीं उसकी गलती न सिद्ध हो जाये। वह छूटते ही बजाय ठीक-ठीक बताने के घटना के संबंध में गलत बातें कह देगा। वह यह नहीं सोचेगा कि उसके कथन की श्रोता के मस्तिष्क पर क्या प्रतिक्रिया होगी इसके बाद

अपनी बात को ही सिद्ध करने के लिए वह एक के बाद एक झूठ लगातार बोलता चला जाएगा। ऐसे बच्चे की यदि इस आदत को समय रहते ही नहीं रोका गया तो सभ्य है कि वह आदतन झूठ बोलने लगे। ऐसी अवस्था में सच बोलने के महत्त्व को जिस तरह भी हो बच्चे को समझाने का यत्न करना चाहिए। किसी भी दशा में किसी भी कारणवश झूठ बोलने के अपराध को नजरअन्दाज नहीं करना चाहिए। बच्चे को हर हालत में यह पता चल जाना चाहिए कि यदि आपने उससे कुछ नहीं भी कहा है तो भी आप यह समझती हैं कि वह झूठ बोल रहा है और उसके झूठ बोलने से आप ध्रम में नहीं पड़ी हैं।

अब मैं नीचे गलत निष्कर्ष निकालने, गलत शब्दों के प्रयोग करने, उत्तेजनात्मक ढंग से बात करने, अकस्मात् जल्दी में झूठ बोल जाने तथा जान-बूझकर झूठ बोलने आदि के कुछ उदाहरण दे रही हूँ जिनसे यह स्पष्ट हो जायेगा कि बच्चों के लिए सच्चाई के मार्ग पर चलना कितना कठिन होता है।

(अ) गलत निष्कर्ष निकालने के कुछ उदाहरण

विनय की आयु 4 वर्ष की थी। एक दिन वह रेल का खेल खेल रहा था। उसने अपने खिलौनों से रेलवे स्टेशन बनाया था। इसमें कुली, सामान, रेलगाडिया और सिगनल आदि सभी कुछ थे। वह खेल भी रहा था और अपने आप कुछ-कुछ बोलता भी जा रहा था। उसकी बातों से ऐसा लगता था कि वह खिलौनों को भी अपने ही समान जीव जीवधारी प्राणी समझता है और यह मानता है कि खिलौनों को भी सामान्य मनुष्यों की भाँति तरह-तरह की आवश्यकताएँ पड़ती हैं। यह सिद्ध करना, इसमें शक नहीं, बड़ा कठिन है कि वह जब जानता है कि खिलौने जीवित प्राणी नहीं हैं तब भी वह उन्हें जीवधारी प्राणी क्यों मान रहा है। लेकिन प्रायः हर बच्चे की एक ऐसी अवस्था होती है जिसमें वह यह अनुभव करता है कि दुनिया की हर चीज जीवधारी है और फिर एक ऐसी भी अवस्था आती है जब बालक जानता है कि अमुक चीज जीवधारी नहीं है फिर भी कल्पना करता है वह जीवधारी है।

विनय कह रहा था, 'कुली हाफ रहा है।' इसके थोड़ी देर बाद वह बोला, 'महेश सो रहा है। उसे जगाओ मत,' और फिर बोला, 'वह अब रुक जायेगा और भोजन करेगा। वह भूखा है।'

एक दिन कोई बात बतलाते हुए विनय ने कहा, 'यह बात तब हुई थी जब मैं बड़ा था।' तभी एक किसी वयस्क ने उससे पूछा, 'क्या तब जब तुम अपने पिता के बराबर थे?' तो उसने उत्तर दिया, 'ओह! नहीं, क्योंकि तब वे बिल्कुल छोटे थे।' इससे ऐसा लगता है जैसे कभी ऐसा भी समय रहा था जब उसके पिता छोटे थे और वह उनसे बड़ा था।

कभी-कभी बच्चे अपने मन से अपनी रक्षा के लिए ऐसी चीजों की तुलनाएँ भी कर डालते हैं जिनका परस्पर कोई संबंध नहीं होता, या उन चीजों में केवल कोई बहुत थोड़ी समानता होती है। राजू की आयु जब 6 वर्ष की थी तब मोहन उसे दक्षिणी अफ्रीका की बड़ी लम्बी-चौड़ी कहानियाँ सुनाया करता था। एक दिन राजू मोहन की कहानियों से ऊब उठा और बोला, 'क्या हुआ, अगर तुम साउथ अफ्रीका देख आये तो—मैं भी तो साउथपोर्ट हो आया हूँ। साउथपोर्ट भी उतना ही अच्छा है जितना तुम्हारा साउथ अफ्रीका।'

आभा से उसकी सहेली अपने घर में पैदा हुए एक ऐसे नवजात शिशु के बारे में बहुत-सी बातें दिलचस्पी से बातला रही थी जो न बोल सकता था, न चल सकता था और न जिसके एक भी दाँत ही निकला था। आभा की आयु 6 वर्ष की थी। थोड़ी देर बाद वह बोली, 'वाह! यह भी कोई बात हुई। मेरे यहाँ एक ऐसा बच्चा है जो चलता है, बोलता है और उसके दाँत भी हैं।'

(आ) शब्दों के गलत प्रयोग के उदाहरण

राजू की आयु जब 4 वर्ष की थी तब वह हमेशा बीते हुए 'कल' के लिए 'पिछले सप्ताह' का प्रयोग करता था और विनय बीते हुए 'कल' के लिए हमेशा आने वाले 'कल' का प्रयोग करता था।

नीता हमेशा 'ऊपर' या 'नीचे' शब्दों के प्रयोग में चकरा जाती थी। इसलिए वह अपनी सुरक्षा के लिए जहाँ भी इनमें से किसी एक शब्द की जरूरत पड़ती 'ऊपर या नीचे' ये दोनों शब्द कह देती थी।

राजू 2 वर्ष की आयु में 'छोटे' और 'बड़े' इन दोनों शब्दों का भेद नहीं जानता था। वह कभी-कभी छोटी ईंट की तरफ सकेत करके कहता, 'यह बड़ी ईंट है।'

विनय को 4.5 वर्ष की अवस्था में ड्राइंग का काम बहुत अच्छा लगता था। उसने एक दिन एक मछली की तस्वीर बनायी और कहने लगा, 'अब मैं इसके पख लगा दूँगा।'

3 वर्ष के दिनेश से एक दिन उसकी माँ ने शोर न मचाने के लिए कहा। उन्होंने यह भी कहा कि यदि वह शोर मचाता रहेगा तो उनके कान के पर्दे (ड्रम) फट जायेंगे। दूसरे दिन उसने अपनी माँ से कहा, 'माँ, क्या तुम मुझे अपने कान में लगा बेण्ड सुनने दोगी?'

(इ) उत्तेजनायुक्त हर्ष के कुछ दृष्टान्त

विनय जब लगभग 4 वर्ष का था तो मुर्गियों को कुछ चुगाने गया। लौटकर आने पर उसने अपनी आँखें चमकाते हुए कहा, 'मुर्गियाँ मुझे धन्यवाद दे रही थीं।'

दूसरे दिन वह दौड़ता हुआ आया और आँखें नचाते हुए बोला, 'शुक्रवार की

गत को मैंने एक लाल गधा बो दिया है। मैं खचरों को गधा कहता हूँ।

यदि बच्चे कोई विचित्र अनुभव करना चाहते हैं या जब अन्य बच्चे अपने अनुभव सुना रहे होते हैं तो वे फिर विचित्रता के लिए किसी भी हद तक जा सकते हैं।

6 वर्षीया राखी अपनी सहेलियों में बैठी हुई थी। सभी बालिकाएँ यह बातला रही थी कि उन्होंने उस दिन दोपहर के वक्त क्या-क्या खाया था। बीच ही में एक लड़की ने यह पूछ लिया कि 'क्यों राखी तुमने क्या खाया था ?' उत्तर में शरारत-भरी दृष्टि से उस समूह में उपस्थित एक वयस्क व्यक्ति की ओर देखते हुए राखी ने इस लहजे से बात कही जैसे उसके सम्मान की रक्षा का कोई बहुत बड़ा प्रश्न उपस्थित हो गया हो। वह बिल्कुल साधारण स्वर में बोली, 'मैंने आज एक मकड़े को भूना था। मैंने खुद ही उसे पकड़ा था और चूल्हे में रखा था। वह सचमुच बहुत बड़ा था। क्या तुम लोगो ने भी कभी मकड़ा चखा है ?' सब बच्चों ने कहा कि 'नहीं, उनमें से किसी ने उसे नहीं चखा है, तो राखी ने बड़े आनन्द से भुंजे मकड़े के स्वाद का भी वर्णन कर दिया।

एक दिन 6 वर्ष का बालक सुरेश स्कूल के क्लॉक रूम में दौड़ता हुआ आया और कहने लगा कि अभी-अभी उसने एक बहुत बड़ा शेर देखा है। जब उससे वहाँ पूछा गया कि वहाँ क्या कोई हाथी भी था ? तो उसने उत्तर दिया, 'हाँ।' 'तो फिर वहाँ चीता भी होगा ?' इसके उत्तर में सुरेश ने कहा कि हा, उसने चीता भी देखा है। ऐसा लगता है कि सुरेश की कल्पना उस समय इतनी उर्वर हो गयी थी कि उसने ऐसे सारे जानवर देख डाले थे जिनका नाम ही कभी उसने सुना था।

(ई) एक गलती को दूसरी अशुद्धि द्वारा छिपाने की चेष्टा का उदाहरण

हम 'आभा और तीन भालुओं' की कहानी में पढ़ चुके हैं कि उसने बड़े भालू का चम्मच किस तरह बनाया था।

रेखा की आयु 3 वर्ष की थी। उसे दूध पीना बिल्कुल अच्छा नहीं लगता था लेकिन उससे हठ किया जाता था कि वह सुबह के नाश्ते के साथ थोड़ा दूध जरूर पिये। एक दिन वह कमरे में कुर्सी को खुली खिड़की के पास खींचकर दूध का प्याला अपने हाथ में लिये खड़ी हो गयी। ऐसी लगता था कि कुछ ही देर पहले उसने दूध खिड़की से बाहर फेंक दिया था। उसे कुर्सी पर खड़े किसी ने देख लिया जब उससे पूछा गया कि वह इस प्रकार खिड़की के पास खड़ी क्या कर रही है ? तो उसने उत्तर दिया, 'हवा खा रही हूँ।'

(उ) सभ्य समाज के व्यवहारों को न समझ पाने के उदाहरण

रेखा को अपनी पांचवी वर्षगांठ पर समारोह अत्यन्त लगा लगा। उसे

कुल 16 उपहार मिले थे और सभी ऐसे थे जिनमें से प्रत्येक को वह चाहती थी। ऐसा हुआ कि उसकी एक चाची ने नाचने की फ्राक पर पहनने के लिए एक बड़ा अच्छा नेकर भी बनाकर उसे भेंट किया। इसमें नीली पट्टियां लगी हुई थी। रेखा को यह बिल्कुल पसन्द न आया कि वर्षगांठ के दिन उसे कोई कपड़ा भी भेंट किया जाये और वह जब नेकर को देखती उसे देखकर रो पड़ती। बाद में उसने सबको भेंटों के लिए धन्यवाद के पत्र लिखे। नेकर उपहार में देने वाली चाची को उसने सबसे अन्त में पत्र लिखा और उस पत्र में भी यह लिखा,

‘चाची,

मुझे नेकर नहीं अच्छे लगते।

रेखा।’

जब उससे कहा गया कि इस प्रकार का पत्र नहीं लिखा जाता, वह किसी दूसरी तरह का पत्र लिखे तो पहले तो उसने ऐसा करने से एकदम मना कर दिया लेकिन बाद में सध्या को यह पत्र लिखा,

‘प्यारी चाची,

नेकर के लिए धन्यावाद !

स्नेहशीला—रेखा।’

मीरा की आयु 3 वर्ष की थी। उन्ही दिनों एक मेहमान आये। सबके सामने नाश्ता रखा गया। थोड़े-से भुने चने चबाकर मेहमान ने उसे छोड़ दिया। लेकिन मीरा ने मेहमान से और चने चबाने का आग्रह करते हुए कहा, ‘हमारे भण्डार में इसी तरह का एक दूसरा दाना भी है। और मा कहती हैं कि वह काफी पुराना हो गया है। अच्छा हो अगर आप उसे भी खाने में हमारी मदद कर दें।’

एक पुजारी की पत्नी ने अपने यहां एक अन्य पुजारी की पत्नी को चाय पर निमंत्रित किया। चाय के दौरान एक मेहमान ने पूछा, ‘मैं समझती हूँ आपके पति ने कल रात मेरे पति के भाषण को सुना था। उनका मेरे पति के भाषण के संबंध में क्या विचार है?’ मेजबान ने कहा, वह नहीं जानती लेकिन इसी बीच पुजारीजी की 4 वर्ष की पुत्री विभा ने साफ और ऊंचे स्वर में बड़े नाटकीय ढंग से कहा, ‘मा, तुम्हें याद नहीं है क्या? मुझे याद है, पिताजी ने कहा था, क्या आदमी था वह?’

(ऊ) जानबूझ के झूठ बोलने की प्रवृत्ति

जैसा कि आपने पहले पढ़ा कि स्वाती नाम की एक ऐसी लड़की का किस्सा लिखा है जिसमें संबंधित बालिका पेंसिले और रबड़ें चुरा लेती थी। लेकिन वह लगातार झूठ भी बोलती थी—यह नहीं बतलाया गया है। उसके झूठ बोलने का हाल यहाँ

जाता है जब भी उससे लापता पेंसिल या रबड़ के बारे में पूछा जाता

वह साफ इन्कार कर जाती थी। वह हर पेंसिल के लिए कहती कि वह उसकी है और यह भी बतलाती कि अमुक पेंसिल उसे कब मिली थी। वह यहा तक कह देती, 'मैं इस दात के निशान से पहचानती हूँ कि यह पेंसिल मेरी है क्योंकि इसे बच्चे ने कल मुह मे दबा लिया था।'

बच्चे चोरी की चीजों को अपना सिद्ध करने के लिए तरह-तरह की कहानिया गढ़ते हैं क्योंकि चोरी की चीज को अपना बताने के लिए न केवल यही जरूरी है कि वे सिद्ध करे या उन्होंने चीजे क्यों चुरायी नहीं होगी बल्कि यह भी जरूरी है वे कि बतलाये कि उन्हें वे चीजे कैसे मिली ?

जब पैसा चुरा लिया जाता है तो चोर को खोजना बड़ा कठिन होता है क्योंकि जब तक चोर का पता चलता है तब तक बहुत संभव है कि उसका प्रयोग कोई ऐसी चीज खरीदने के लिए कर लिया गया हो जो अब हो ही नहीं और फिर चोरी की मुद्रा तो बच्चे के पास रहती भी नहीं। उस मुद्रा के बदले तो और मुद्राए या चीजे आ जाती है। यदि चोरी की मुद्रा भी पकड़ ली जाये तो भी चोर को तब तक नहीं पकड़ा जा सकता जब तक उस पर मुद्रा के स्वामी का कोई चिह्न न हो।

प्रश्नावली

- 1 शब्दों का सही अर्थ समझने में बच्चों को किस प्रकार मदद की जा सकती है ? (आ)
- 2 यदि कोई बच्चा गलत निष्कर्ष निकाल ले तो आप उसके भ्रम को किस प्रकार दूर करेंगे ? (अ)
- 3 क्या आपको बच्चों द्वारा अपने अनुभव बताए जाते समय उनकी अतिशयोक्ति की प्रवृत्ति के बारे में कोई जानकारी है ? अतिशयोक्ति करने का मौका बच्चों को कब मिला और उनको किस प्रकार सुनाया गया ? (इ)
- 4 बच्चों को सच बोलना आप किस तरह सिखायेंगे ?
- 5 बच्चों को झूठ बोलने से रोकने में क्रोधित हो जाने से कोई मदद क्यों नहीं मिलती ?
6. जब बच्चे अपनी मनगढ़न्त बातें सुनाने लगे तो आपको क्या परेशान हो जाना चाहिए ?
- 7 क्या आपके सामने कोई ऐसा किस्सा आया है जिसमें बच्चे ने रुपये-पैसे की चोरी की हो ? क्या चोरी का कोई विशेष कारण था ? आपने इस कठिनाई को हल करने के लिए क्या-क्या उपाय किये ?

बोलने की शक्ति का विकास

बच्चे के प्रथम 5 वर्षों में बोलने की शक्ति का विकास हो जाना सचमुच एक बहुत बड़ी सफलता है। जब भी हमें अवसर मिलता है और हम 5 वर्ष के बच्चे के शब्द-भण्डार और विचारशक्ति की जटिलता पर ध्यान से सोचते हैं तो हमें बड़ा आश्चर्य होता है।

यदि हम शिशु की आरम्भिक रुलाई से लेकर उसके तुतलाने और पहले शुद्ध शब्द के उच्चारण तक की प्रगति का अध्ययन करें तो हम समझ सकेंगे कि बोलने की कला कितनी जटिल है। और यदि हम उसकी प्रगति पर बराबर ध्यान रखें और यह देखते चले कि वह दिन-प्रतिदिन किस प्रकार नये शब्द सीखता जाता है तो हमें बोलने की कला की जटिलता समझ में आ जायेगी। हमारा यह अध्ययन और भी मनोरंजक हो जायेगा यदि हम यह देखें कि बच्चे के वाक्य किस प्रकार क्रमशः लम्बे होते चले जाते हैं।

बच्चा भाषा का अपने विचारों तथा भावनाओं को दूसरों तक पहुंचाने के लिए प्रयोग करता है। वह भाषा का प्रयोग अपनी गतिविधियों का उल्लास बढ़ाने के लिए भी करता है—इसलिए बड़ों को चाहिए कि वे उसके विचारों या उसकी भावनाओं का या उनको अभिव्यक्त करने के तरीकों का उपहास कभी न करें क्योंकि ऐसा करने से संभव है बच्चा अन्तर्मुखी हो जाये और अपने अनुभवों को दूसरों के सामने प्रकट करना ही छोड़ दे। ऐसे मौकों तो अवश्य आ सकते हैं जब बड़ों को बच्चों के विचार कुछ अजीब और नये-से लगें लेकिन बच्चा ऐसा नहीं समझता। उसे अपने वही भाव स्वाभाविक लगते हैं। इसलिए बड़ों को उसकी बातें सुनने के बाद यह किसी भी प्रकार प्रकट नहीं होने देना चाहिए कि वे उसका मजाक उड़ा रहे हैं। यदि उस पर यह असर हुआ कि अमुक विचार प्रकट करने की वजह से उसका मजाक उड़ाया गया है तो उसे बड़ा धक्का लगेगा।

कोई भी बच्चा यह सहन नहीं कर सकता कि उसकी बातों को हर ऐरे-गैरे के सामने दोहरा दिया जाये। यदि ऐसा किया गया तो वह अपने आत्मा के व्यक्तित्व को अभिव्यक्त करने के लिए भाषा का प्रयोग करना बन्द कर देगा और फिर केवल

जरूरी बातें करने के लिए ही बोलेंगे। जिस व्यक्ति का काम बच्चे की देखभाल करना हो उसे चाहिए कि वह ऐसा वातावरण पैदा करे जिसमें बालक अपनी आशाओं, आशंकाओं और खुशियों के सम्बन्ध में निस्संकोच भाव से बात कर सके और यह विश्वास कर सके कि वह जो कुछ कहेगा उसे समझने की चेष्टा की जायेगी तथा हर आदमी को उसकी बातें नहीं बतलायी जायेगी।

हममें से जिन लोगों ने भाषा के विकास का अध्ययन नहीं किया है—वे भी यह जानते हैं कि बच्चे में भाषा का भाव किस प्रकार विकसित होता है। हम यह भी जानते हैं कि बच्चे को न केवल यही सीखना पड़ता है कि उससे जो कुछ कहा जा रहा है उसे समझे बल्कि बच्चे से यह भी आशा की जाती है कि वह जो कुछ समझेगा उसका उत्तर देने की भी कोशिश करेगा। उत्तर देने के प्रयत्न का यह अर्थ है कि उसे अपने विचारों को भी एक रूप देना होगा। यही नहीं बल्कि उसे फेफड़ों, गले और मुह को भी एक प्रकार से निश्चित मुद्राएँ प्रदान करनी होंगी जिससे वह भाषा द्वारा अपने विचारों को समझा सके। लेखन कार्य की टेकनीक और भी जटिल होती है क्योंकि फिर भाषा को समझने की ही बात नहीं रह जाती है बल्कि पढ़ सकने और फिर लिख सकने की बात भी पैदा हो जाती है। यदि बच्चे की प्रारंभिक बोली में कुछ विशेषताएँ मा को प्रतीत हो तो उनके जरिए बच्चे को और अधिक सहायता करने का प्रयत्न करना चाहिए। इस प्रकार बच्चे की सफलता में विश्वास हो जाने पर मा बच्चे को प्रयत्न करते रहने के लिए और भी अधिक उत्साहित कर सकेगी। इसलिए, हम लोगों को इन प्रश्नों पर और भी विस्तारपूर्वक विचार करना चाहिए।

यह तो निश्चित है कि बच्चा आरम्भ में बोलने का जो भी प्रयत्न करेगा—उसका प्रयत्न बहुत ही अपूर्ण होगा। कुछ बच्चे तो इस बात से बहुत ही डरते हैं कि कहीं वे असफल न हो जायें और उस समय तक नहीं बोलते जब तक भाषा को भली-भाँति समझ न लें। इसके विपरीत कुछ बच्चे ऐसे भी होते हैं जो शब्दों का उपयोग बिना इस बात की परवाह किये आरम्भ कर देते हैं कि वे उसे शुद्ध बोल रहे हैं या अशुद्ध।

बच्चों की बोलने की शक्ति का विकास किस प्रकार होता है—इस सम्बन्ध में अनेक व्यक्तियों ने अध्ययन किये हैं। कुछ ने तो यह बतलाया है कि किस अवस्था में बच्चे का शब्द-भंडार कितना होता है और कुछ ने यह बतलाने का प्रयत्न किया है कि आरंभिक अवस्था में बच्चा बोलने की जो चेष्टाएँ करता है उनकी क्या विशेषताएँ होती हैं। मैंने स्वयं भी इस विषय में जो शोध किया उससे प्रकाशित बातों की ही पुष्टि होती है। पहले बच्चा सज्ञाओं को सीखता है। क्रियाओं या अन्य बातों की तरफ उसका ध्यान कम जाता है। अक्सर एक ही शब्द से बच्चा पूरे वाक्य का काग लें लेता है। अन्त में वह जिस विभक्ति का प्रयोग करता है उससे बच्चे के अभिप्राय का संकेत मिल जाता है।

2 वर्ष के बच्चों के शब्द-भण्डार में अपेक्षाकृत क्रियाओं (Verbs) की संख्या कम होती है। इस अवस्था में बच्चा बहुत ही छोटे शब्दों के वाक्यों का प्रयोग करता है। कुछ बच्चे तो इसी आयु में काफी शब्दों का प्रयोग करने लगते हैं लेकिन अधिकांश बच्चों का इस अवस्था में शब्द-भण्डार सीमित होता है। सन्तोष जब सवा 2 वर्ष का था तो केवल चार शब्द बोल पाता था। वे शब्द थे 'सेव' 'क्वेक, क्वेक', 'पूसी' और 'सब गये।' वह इन शब्दों का अन्य बहुत-से बच्चों की भाँति व्यापक प्रयोग नहीं करता था। वह 'सेव' से 'सन्तरे' और 'बेर' का ही काम नहीं लेता था और न 'क्वेक क्वेक' से हर तरह की चिड़िया को ही पुकारता था। लेकिन ढाई वर्ष के बाद उसका शब्द-भण्डार दिन दूनी और रात चौगुनी गति से बढ़ने लगा। वह औसत दर्जे का अच्छा बुद्धिमान छात्र सिद्ध हुआ। अपने स्कूल के काम तथा पुस्तकों में उसने विशेष रुचि दिखलाई। इसलिए यदि किसी बालक की बोलने की शक्ति का विकास विलम्ब से हो तो इसका अर्थ यह नहीं है कि वह योग्यता में किसी से घटकर रहेगा।

3 वर्ष की आयु तक या कुछ बच्चे इससे भी कुछ पहले उचित ढंग से वाक्य बनाकर बोलने लगते हैं और प्रश्न जो प्रायः विभक्ति पर ही निर्भर करता था—साधारण ढंग से किया जाने लगता है। उदाहरण के लिए 'क्या मैं आ जाऊँ ?' धीरे-धीरे 'और' तथा 'लेकिन' जैसे सम्बन्धकारी शब्दों का भी वे प्रयोग करने लगते हैं। हालाँकि 4 वर्ष के आरंभ तक बच्चा लगभग धारा प्रवाह बोलने लगता है और उसकी वाक्य रचना भी साधारणतः शुद्ध रहती है लेकिन फिर भी बचपन का कुछ असर उसकी भाषा पर रहता ही है।

लेकिन 4 वर्ष के बच्चे को भी समय के सम्बन्ध में कठिनाई होती ही रहती है। बहुत-से बच्चों को इस अवस्था में क्रिया के भूतकाल के रूपों में कठिनाई होती है। वे क्रिया के एक रूप को दूसरी क्रिया के रूप के स्थान पर काम में लाने का प्रयत्न करते हैं।

ऐसा प्रतीत होता है कि बच्चों की रंगों को उनके नाम से पुकारने की शक्ति बहुत धीरे-धीरे विकसित होती है। वे किसी भी रंग को अन्य रंगों के साथ नहीं पहचान पाते। केवल एकाध ही रंग जानते हैं और उसका नाम याद रखते हैं। उदाहरण के लिए राखी 3 वर्ष की अवस्था में केवल नीले रंग को ही पहचान पाती थी। मोहन पौने तीन वर्ष की आयु में केवल लाल रंग को और विनय पौने चार वर्ष की अवस्था में केवल काले और सफेद रंग को जानता था लेकिन बाद में उसने लाल, हरे और तब नीले को पहचानना भी सीख लिया।

लेकिन उच्चारण के मामलों में बच्चों में अपेक्षाकृत अधिक समानता होती है। बहुत कम बच्चों को 'फ' स्वर के मे दिक्कत होती है विनय को पौने चार

वर्ष की अवस्था में स्वरो के उच्चारण में खास दिक्कत होती थी लेकिन उसने 'फ' का उच्चारण बड़ी जल्दी सीख लिया। केवल एक बार ही उसे बतलाने की जरूरत पड़ी थी। यह सच है कि उसने बाद में कई दिन प्रयत्नपूर्वक इसका ठीक-ठीक उच्चारण करने का प्रयत्न किया था। इसी तरह से बच्चों को 'प' के उच्चारण में भी बहुत कम कठिनाई होती है। लेकिन राजू को 'प' के उच्चारण के सबंध में कठिनाई हुई थी और उसने 'प' की जगह 'फ' का प्रयोग शुरू कर दिया था। 'द' के उच्चारण में अधिकांश बच्चों को कठिनाई होती है। कुछ 'द' की जगह 'ड' का प्रयोग करने लगते हैं तो कुछ 'व' का। कुछ बच्चों को 'ल' के प्रयोग में भी कठिनाई होती है। हालांकि 'ल' के उच्चारण में उन्हें कोई दिक्कत नहीं होती। 'र' के प्रयोग में भी अधिकांश बच्चे परेशानी अनुभव करते हैं। इसलिए कभी तो वे 'य' का और कभी 'ल' का 'र' की जगह प्रयोग करने लगते हैं।

बच्चा बोलने का ढग प्रथम 5 वर्षों में सीखता है और उसकी यह शिक्षा इस बात पर निर्भर करती है कि वह अपने बड़ों से क्या सुनता है। यदि जो कुछ वह सुनता है वह स्पष्ट और शुद्ध है तो अधिकांशतः यही सम्भावना है कि उसके शब्दों के उच्चारण भी शुद्ध होंगे। जो अभिभावक अपने बच्चों के शुद्ध उच्चारण की ओर ध्यान नहीं देते उनके बच्चों तथा उनको भी आगे चलकर बच्चे की उच्चारण सम्बन्धी अशुद्धियों के कारण कभी-कभी बड़ी चिन्ता में पड़ जाना पड़ता है। इस चिन्ता से बचने का सर्वोत्तम उपाय यही है कि आप बच्चे को उसकी आरंभिक अवस्था में ही शुद्ध बोलना सिखा दें। इतना तो निश्चित ही है कि हर बालक की एक-न-एक ऐसी अवस्था जरूर होती है जब वह अशुद्ध उच्चारण की दशा से गुजरता है लेकिन अभिभावकों का यह कर्तव्य है कि वे बालक के अशुद्ध उच्चारण को उसके स्वभाव में न बस जाने दें। मां को चाहिए कि वह बच्चे को बतलाये कि शुद्ध बोलने के लिए मुख की आकृति किस-किस प्रकार बनानी और बदलनी चाहिए। इस कार्य के लिए वह एक दर्पण में भी मुख-मुद्राओं का अध्ययन कर सकती है। इस अध्ययन के बाद वह बच्चे के सामने प्रदर्शन कर अपना अनुकरण करने के लिए बच्चे को उत्साहित कर सकती है।

लेकिन इन चेतावनियों से मेरा आशय यह नहीं है कि आप बच्चे की बोलने की शक्ति पर आवश्यक बोझ लादें या उसके बोलने पर बहुत अधिक ध्यान देकर उसको आत्म-जाग्रत बना दें। ऐसा करना तो बड़ा ही हानिकारी होगा क्योंकि इससे उसकी अभिव्यक्ति शक्ति का विकास अवरुद्ध हो जायेगा। ऐसा करने की अपेक्षा तो यही अच्छा होगा कि आप बोलने में उसकी कोई भी सहायता ही न करें। बच्चे के बारे में वितण्डावाद या बावेली खडा करना कदापि अभीष्ट नहीं है।

बच्चे की रुचि और उसके भाषा सम्बन्धी विकास की दृष्टि से यह जरूरी है

कि बालक की पुस्तके विभिन्न विषयों की रहें। वास्तविक जीवन की साधारण घटनाओं की कहानिया, साहस की कहानिया, पौराणिक कहानिया भी रहें और इनके साथ प्रकृति सम्बन्धी ज्ञान देने वाली, इतिहास आदि की पुस्तके भी बच्चों की आयु के अनुकूल उन्हे पढ़ने के लिए दी जाये। बच्चे की पुस्तको की अलमारी मे एक कविता संग्रह भी रहे और उसे तरह-तरह की कविताएं भी पढ़कर सुनायी जाये। बच्चे को दूसरों की कण्ठाग्र की हुई कविताएं या अपनी कविताएं लिखने के लिए भी उत्साहित करना चाहिए। जहां बड़ों से बच्चों को कविता-रचना के लिए प्रोत्साहन मिलता है बच्चे तुरन्त कविताएं बनाना शुरू कर देते है। ऐसे बहुत-से व्यक्ति है जिन्होंने इस प्रकार अपने पास कविताओं का अच्छा संग्रह कर लिया है।

बच्चे मौलिक कहानिया और मौलिक नाटक भी उसी प्रकार लिखने लगते है जिस प्रकार मौलिक कविताएं। बड़ों को बच्चों की ऐसी हर रचनात्मक प्रवृत्ति को सहानुभूतिपूर्वक प्रोत्साहित करना चाहिए।

हकलाना

इस स्थान पर हकलाने के प्रश्न पर भी विस्तारपूर्वक विचार कर लेना अच्छा होगा क्योंकि यदि हकलाने के कारणों को पहले से ही समझ लिया जाये तो हकलाने की आदत को छुड़ाने में और उसे शुरू से ही बिल्कुल ही न पड़ने देने में सहायता मिलेगी।

बहुत-से लोग यह समझते है कि हकलाना जिह्वा के किसी दोष विशेष के कारण उत्पन्न हो जाता है या बच्चा किसी उच्चारण को ठीक-ठीक से उच्चारित न कर सकने की वजह से हकलाने लगता है। लेकिन वास्तविकता इससे भिन्न है। यह कठिनाई केवल मानसिक खिचाव के कारण पैदा होती है। बहुत-से बच्चे घबडाहट में हकलाकर बोलने लगते है। बच्चा जब कोई बात कह रहा हो तो उसे अपनी बात जल्दी से कह डालने के लिए कभी नहीं कहना चाहिए। ऐसा करने से बच्चे के स्नायु तन्तु तन जाते है और इसकी वजह से वह हकलाने लगता है।

हकलाने से हकलाने वाले बालक की जीभ में कुछ तनाव-सा पैदा हो जाता है। इस तनाव को सदैव के लिए समाप्त कर देने का एक ही रास्ता है और वह है कि ऐसे व्यक्ति में शान्त विश्वास की भावना उत्पन्न कर दी जाये। यह भावना उत्पन्न हो जाने पर ही हकलाने का सदैव के लिए इलाज हो सकेगा।

हकलाने वाले का हकलाना छोड़ने के लिए उसके साथ कोई भी चालाकी नहीं की जानी चाहिए क्योंकि इस चालाकी से दोष और भी अधिक गहरा हो जायेगा और उपचार में बहुत अधिक समय लग जायेगा हकलाने वाले को यदि सहानुभूति का मिलता है तो उसे बड़ी मिलती है ऐसा व्यक्ति बहधा एक

आदमी से धाराप्रवाह बातें कर लेता है। इसके विपरीत दूसरे आदमी से बातें करने में वह प्रायः हर शब्द के बाद कठिनाई का अनुभव करता है और रुक-रुककर बोलने लगता है।

हकलाने वाले को श्रोता द्वारा उसकी बात ध्यानपूर्वक सुने जाने से विशेष सहायता मिलती है। इस साधन द्वारा हकलाने वाला अपने प्रति संचेत्य नहीं हो पाता और उसका दोष दूर होने में सहायता मिलती है। यदि उसकी बात ध्यान से नहीं सुनी जाती तो यह दोष और बढ़ जाता है। यदि वह जानता है कि श्रोता उसकी बात ध्यान और स्नेहपूर्वक सुन रहा है तो वह अपनी बात कहने पर ही ध्यान रखता है। श्रोता को केवल यही चाहिए कि वह उसके बोलने के ढग पर ध्यान न दे केवल बात पर ध्यान दे।

विभिन्न अवस्थाओं में बच्चे किस प्रकार बोलते हैं इसके उदाहरण प्रस्तुत अध्याय में दिये जा रहे हैं। यहां बोलने की कठिनाई का केवल एक दृष्टान्त दिया जा रहा है क्योंकि इस सम्बन्ध में पिछले अध्यायों में ऐसी कठिनाइयों के अनेक दृष्टान्त दे चुकी हूं जो बोलना सीखने वाले बच्चों के सामने आ उपस्थित होती है।

चित्रा की 'श' न बोल पाने की दिक्कत

चित्रा अपने बचपन में 'श' नहीं बोल पाती थी। वह हमेशा 'स' बोलती थी। वह 'शॉप' को 'सॉप' कहती थी और 'शिप' को 'सिप' कहती थी। जब वह 6 वर्ष की हो गयी तो जब भी 'श' किसी शब्द के आरम्भ में आता तो वह उसका उच्चारण वाछित रीति से कर लेती लेकिन जब वह किसी शब्द के बीच में आता तो वह ऐसा नहीं कर पाती थी। उदाहरण के लिए 'प्रेशस' 'ऐक्शस' या 'फ्रेण्डशिप' में वह 'श' का उच्चारण नहीं कर पाती थी। इसकी जगह पहले की भांति 'स' का ही प्रयोग करती थी। कुछ शब्द उसके बोलने की शैली में इस प्रकार बन गये थे कि उनका शुद्ध उच्चारण कर सकना उसके लिए सर्वथा असंभव हो गया था। इसके अलावा चित्रा में यह भी भावना पैदा हो गयी थी कि वह 'श' का उच्चारण ठीक से कर ही नहीं सकती।

जब 7 वर्ष की आरंभिक अवस्था में चित्रा स्कूल गयी तो उसकी अध्यापिका ने एक दर्पण में दिखलाया कि 'स' और 'श' के उच्चारण में क्या भेद है और दोनों कैसे बोले जाते हैं। जैसे ही चित्रा ने यह अनुभव किया कि वह किसी शब्द के बीच में भी 'श' बोल सकती है—उसने बहुत जल्दी ही अपने दोष को दूर कर लिया क्योंकि चित्रा में किसी चीज को समझकर उसे सीख लेने का गुण बहुत अधिक मात्रा में था।

यदि उसे सावधानी से मदद न की गयी होती तो बड़े हो जाने तक चित्रा के मन में यही भाव रहता कि वह अन्य लोगों से भिन्न है और वह कुछ शब्दों को इस

प्रकार नहीं बोल सकती जिस प्रकार अन्य लोग बोलते हैं। शायद वह यह भी सोचने लगती कि उसकी जिह्वा या गले में ही कुछ खराबी है।

विभिन्न अवस्थाओं के बच्चों की वास्तविक बोली के कुछ उदाहरण

छोटे बच्चे का किसी शब्द से वास्तविक अभिप्राय क्या है—उसे कभी-कभी वही समझ सकता है जो बच्चे की बात सुन रहा हो। नीचे लिखे कुछ उदाहरणों में जहाँ कोई सन्देह की बात है—वहाँ शब्द का वास्तविक अर्थ कोष्ठक में लिख दिया गया है। एक बच्चे के बोलने का केवल एक ही उदाहरण दिया गया है।

डेढ़ वर्ष का बच्चा

- (1) 'मै यह ।' [(मी दिस) इसका अर्थ यह है कि क्या मैं यह ले लू ?]
- (2) 'बच्चा बाजा' [(बेबी बैड) इसका अर्थ यह है कि 'मै यह बजा रहा हूँ']

दो वर्ष चार मास का बच्चा

- (1) 'घोड़ा पीठ' [(ऑन हॉर्स बैक) अभिप्राय यह है कि 'मुझे घोड़े की पीठ पर बैठा दो']
- (2) 'सब ईटें' [(ऑल दी ब्रिक्स) यहाँ अभिप्राय यह कि मेरे पास सब ईटें हैं।]
- (3) 'दादी आती नहीं ?' [(नॉट ग्रेण्डमा कमिंग) बच्चे का मतलब यह है कि 'क्या दादी नहीं आ रही हैं ?']
- (4) 'चकी किताब नई' [(नॉट चकी हेव बुक) अर्थात् 'मैं चंकी को यह किताब नहीं देना चाहता। उसे ऐसा करने से रोकिए']
- (5) 'काम खतम' [आई व टिपिट ओवर]

दो वर्ष आठ मास का बच्चा

यह मीरा के प्रारम्भिक वाक्य है। वह इन वाक्यों में अपने विचारों को सम्बद्ध करने की चेष्टा करती है लेकिन इनमें सम्बन्धकारी शब्दों का अभाव है।

- (1) 'यह टूट गया, यह नीला है, वह लाल है, यह दाना टूट गया, वे दाने हैं, दानो का रंग अच्छा है।'
- (2) 'यह बाधो।'
- (3) 'मै दूसरी अलमारी में इसे रखूंगी।'
- (4) 'यह 'सॉसर' है।' (वह प्लेट थी।)
- (5) कर्सी चाहिए आपको

साढ़े तीन वर्ष का बच्चा

पहले उदाहरण में सवध जोड़ने वाला 'और' शब्द है।

- (1) 'यह नीले पौने (पौधे) है और वे सफेद पौने (पौधे) है।'
- (2) 'ओह ! यह गिर पडा। अब नही उठेगा।'
- (3) 'उसे, आख नहीं है।' (आशय यह है कि उस काठ के घोड़े के आखे नहीं हैं।)

चार वर्ष का बालक

प्रथम उदाहरण में वाक्य को जोड़ने वाला शब्द 'लेकिन' और सबधकारी सर्वनाम 'जो' का प्रयोग किया गया है। ये शब्द दीपक ने रगीन पेंसिल से एक चित्र बनाते हुए कहे थे।

(1) यह लडका है, आदमी नहीं है। मैं आदमी की टोपी बना सकता हू—टोपी ही ऐसी चीज थी जिससे दीपक आदमी और लड़के का फर्क समझता था—'यह नीले रंग के चेहरे का लड़का है। और किसी का मुह नीला नहीं है। लेकिन इससे क्या। अपना मुह नीला रंगने वाले लोग भी अजीब होते हैं।'

(2) 'क्या पिछले हफ्ते (बच्चे का मतलब बीते हुए 'कल' से था) मेरे पास पत्ते नहीं थे ?'

(3) 'इसे फिर सीना होगा'—बच्चे के जूते से एक बटन निकल गया था।

(4) 'मैं कभी लाल नहीं दिखता'—मतलब यह था कि मेरे गाल कभी लाल नहीं दिखलायी पड़ते।

बच्चे अक्सर नर्सरी (बालशाला) की कविताओं के शब्द गुनगुनाने लगते हैं लेकिन वे इस बात की परवाह नहीं करते कि वे जो कुछ दोहरा रहे हैं उनसे मूल भाव प्रकट होता है या नहीं। कभी-कभी वे अपने कविता-पाठ द्वारा एक नया ही अर्थ पैदा कर लेते हैं। कभी वे कविता को बिना उसके अर्थ को समझे ही पढ़ने लगते हैं क्योंकि उस कविता के शब्दों के बोल उन्हें अच्छे लगते हैं। इस तरह के कुछ उदाहरण विन्कल बच्चों की ही भाषा में नीचे दिये जा रहे हैं। जिन उदाहरणों में केवल एक पक्ति से ही काम चल गया है—वहाँ मैंने पूरी तुकबन्दी नहीं लिखी है।

'मेरी हेड ए लिटिल लैम्ब' को विभिन्न बच्चे किस प्रकार से पढ़ते हैं—ये उसके उदाहरण हैं।

विभा (साढ़े तीन वर्ष)

मेरी हेड ए लिटिल लैम्ब

'इट वाज फ्लीस हाइट एज स्नो'
 'एण्ड 'एट एत्रीह्वेयर' एट मेरी वेट'
 'दि लैम्ब वाज श्योर टू गो'

राखी (चार वर्ष)

'मेरी हेड ए लिटिल लैम्ब'
 'इट फीट वाज ए हाइट स्नो'
 'एण्ड एत्रीह्वेयर' एट मेरी वेण्ट'
 'दि लैम्ब वाज श्योर टू गो'

राजू (चार वर्ष)

'मेरी हेड ए लिक्विल रेम'
 'हर फ्लीट वाज हाइट एज स्नो'
 □ □ □
 'इट वाज एनेण्ट दि स्मूल'
 (ह्विच वाज अगेन्स्ट दि रूल)
 ये कुछ और तुकबदिया है—

केशव (चार वर्ष आठ मास)

'जैक फैल डाउन एण्ड ब्रोक हिज क्राउन'
 'एण्ड एली बि गॉन देन आफ्टर'
 'लिटिल बोपीप हेज लॉस्ट हर शीप'
 'एण्ड डजण्ट टू नो'
 'एण्ड वेगिंग हिज टेल बिहाइण्ड हिम'

रेखा (साढ़े तीन वर्ष)

'पॉथरीन गिनिग, ए माइटी साग'
 'शैल ह्वी बी कैप्टिन लिनिग टू घोस्ट'
 'फॉर एवर एण्ड एवर आमेन ।'
 उक्त पाठ रेखा ने इस कविता का दिया था—
 'ग्लोरी बी टू दि फादर एण्ड टू दि सन एण्ड'
 'टू दि होली घोस्ट, फॉर एवर एण्ड एवर'
 आमीन

प्रश्नावली

आप आपनी जानकारी से कुछ ऐसे शब्दों को बतलाइए जिन्हे बच्चे ने सबसे पहले बोला हो ? इन शब्दों से वाक्यों का काम किस प्रकार लिया गया ? वच्चे की उस समय क्या आयु थी जब उसने बोलना शुरू किया था और इसके बाद कब उसने शुद्ध वाक्यों का बोलना शुरू किया ?

वच्चों की बोलने की कुछ ऐसी विशेषताएँ बतलाइए जिन्हे आपने देखा हो ? जहाँ सम्भव हो वहाँ बच्चों की आयु भी बतलाते जायें ?

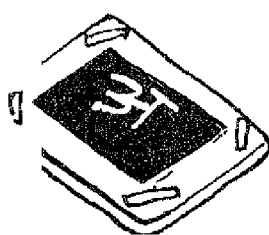
बोलना सीखने में कौन-कौन-सी बाधाएँ आती हैं ? ऐसे कौन-से दोष हैं जिनकी वजह से सफलता में बाधा पड़ सकती है ?

जब आप बचपन में अपनी मातृभाषा सीखते हैं और फिर आगे चलकर कोई विदेशी भाषा सीखते हैं तो दोनों शिक्षाएँ प्राप्त करने में कौन-सी बाधाएँ समान रूप से आती हैं और कौन-सी कठिनाइयाँ कुछ भिन्न होती हैं ?

विभिन्न अवस्था में बोलने की शक्ति के विकास में कहानी, कविता और चित्रों से किस प्रकार मदद मिलती है ? आप वच्चे की आरम्भिक कविताओं और चित्रकारिता का उसकी बोलने की शक्ति को बढ़ाने में किस प्रकार प्रयोग करेंगे और बच्चे से इनका प्रयोग किस प्रकार करायेंगे ?

यदि किसी बच्चे में हकलाने के लक्षण प्रकट होने लगें और उसे हकलाने की आदत तब तक न पड़ी हो तो उस बच्चे के दोष को न बढ़ने देने के लिए आप क्या करेंगे ? अपनी जानकारी से कोई भी दृष्टान्त दीजिए और बतलाइए इस प्रवृत्ति के मूल में कौन-कौन से कारण थे ?

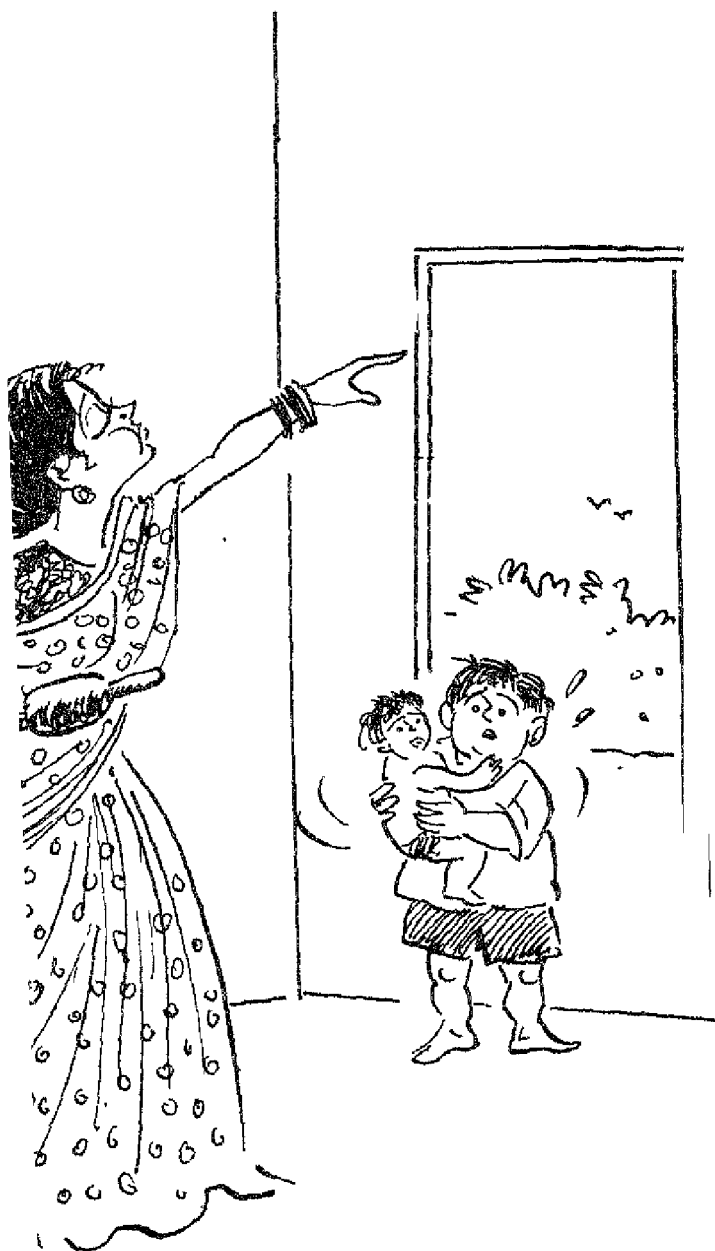
क्या आप बच्चों द्वारा शब्दों के गलत प्रयोगों अथवा बात को गलत समझने के कुछ उदाहरण दे सकते हैं ? क्या आप जान सकें कि ऐसी अशुद्धियाँ क्यों उत्पन्न हुईं और उनको किस प्रकार रोका जा सकता था ?



उत्तरदायित्व

मैंने इस सम्पूर्ण पुस्तक में अब तक यह दिखलाने का प्रयत्न किया है कि बच्चे को क्रमशः अपना सामान रखने में, अपने व्यवहार और आचरण में और अपनी गतिविधि में किस प्रकार उत्तरदायी बनाने जाना चाहिए। लेकिन इसके साथ ही मैं यह भी अनुभव करती हूँ कि बच्चे को समय से पहले ही और बहुत भारी जिम्मेदारी सौंप देने में भी निश्चित खतरे हैं। बहुत-सी लड़कियों और कुछ लड़कों को अपने छोटे भाई-बहनों की साज-सभाल का भार घण्टों के लिए सौंप दिया जाता है। ऐसा एक दिन नहीं वरन् लगातार बहुत दिनों, हफ्तों और महीनों तक किया जाता है। इस प्रकार की जिम्मेदारी सौंप देने से उनके खेल में बाधा पड़ती है और अक्सर उनका विकास अवरुद्ध हो जाता है क्योंकि उनका अधिकांश समय छोटे बच्चों को गोद में लेकर इधर-से-उधर घुमाने में, उन्हें खिलाने और उनकी देखभाल में निकल जाता है। छोटे बच्चों को भी अपने बड़े भाई या अपनी बड़ी बहन के साथ रहने में बाधित चीजे नहीं मिल पाती। बड़ा बच्चा अक्सर छोटे भाई या बहन की देखभाल करने के साथ ही उसे दण्ड देने का भार भी अपने ऊपर ले लेता है। मैंने अक्सर देखा है कि बड़ी बहन छोटे भाई या बहन के छोटे-से अपराध पर भी उसके चपत जमा देती है। छोटे बच्चे इसका मूल कारण या अर्थ बिल्कुल नहीं समझ पाते हैं। मेरा तो ख्याल है कि बड़े बच्चों को छोटे बच्चों का भार जब अत्यन्त गुरु प्रतीत होने लगता है और उनकी समझ में जब यह नहीं आता कि इच्छित कार्य किस प्रकार कराया जाये तो वे मारना-पीटना शुरू कर देते हैं।

किसी भी दशा में हम बड़े बच्चों से छोटे भाई-बहनों के लिए और अधिक अच्छे व्यवहार की आशा नहीं कर सकते यदि उनके साथ भी बचपन में इसी प्रकार का व्यवहार होता आया है। अच्छा हो यदि बड़े बच्चों को स्कूल छोड़ने के पहले यह भी सिखा दिया जाये कि उन्हें अपने छोटे भाई-बहनों के साथ किस प्रकार का व्यवहार करना चाहिए। ऐसा करने से छोटे बच्चों और बड़े भाई या बहनों में वे दोष उत्पन्न न हो सकेंगे जो उक्त प्रकार की सगत के कारण पैदा हो जाते हैं। बड़े बच्चे हमेशा छोटे बच्चों को गोद में ही लादे रखना अपना कर्तव्य नहीं समझेंगे बल्कि जब



भी मौका होगा उन्हें खुले रूप से पैदल चलने और भागने-दौड़ने देंगे तथा इस प्रकार छोटे बच्चे को इस बात का मौका देगे कि वह अपनी गति से प्रगति करे, अपने कपडे के बटन लगाने लगे; अपना हाथ-मुह धोने लगे और वह सब काम करने लगे जिन्हे बडे और छोटे बच्चे के बडे भाई-बहन बडी खुशी से उसके लिए करने को तैयार हो जाते है।

बच्चे की देखभाल करने मे विकसित व्यक्ति को ही अपना चातुर्य और अपनी योग्यता पर्याप्त मात्रा मे लगानी पडती है—इसलिये यह जरा भी स्वाभाविक न होगा यदि छोटे बच्चे की देखभाल अल्प विकसित एवं विकासशील बडी आयु के बच्चे को सौप दी जाये कि उसे वह भार-सी प्रतीत होने लगे। इसके अलावा हर बच्चे की प्रारम्भिक अवस्था मे सहानुभूतिपूर्ण समझदारी की बडी जरूरत होती है और यह उसे किसी अनुभवी व्यक्ति से ही मिल सकती है। मेरा ख्याल है कि किसी बच्चे पर घर को अकेला छोड देना या उस पर पूरा खाना बनाने का काम छोड देना या सारे घर की सफाई का काम उस पर डाल देना यदि कुछ ऐसी जिम्मेदारियां हैं जो उमते हुए बच्चो के लिए बहुत भारी होती हैं और उन पर नही डाली जानी चाहिए।

बच्चों पर कुछ खास काम नियमित रूप से डाल देना उनके विकास में सहायक होता है—इसमें कोई शक नही, लेकिन ये काम ऐसे होने चाहिए जिनको कर सकने की क्षमता उनमें हो। प्रारम्भ मे बच्चो से सदेश भिजवाने या तशतरिया धुलवाने के कार्यों में सहायता लेनी चाहिए और धीरे-धीरे इन कामों को उन्हें स्वतंत्र रूप से करने देना चाहिए।

आगे चलकर बच्चो से यह भी आशा की जा सकती है कि वे अपने कपडे और खिलौने साफ रखें और अपना हाथ-मुह अपने आप धोकर सफाई से कपडे पहन ले। लेकिन ऐसा करने के लिए उन्हें आरम्भ से तैयार करते रहना चाहिए। उन्हें ऐसा बना देना चाहिए कि वे अपना काम अपने आप कर लें और जहा तक ही सके बडो की सहायता के सहारे न रहे। यदि बच्चे अपना कोई जानवर पालते हैं तो यह भी करना चाहिए कि वे अपने जानवर की देखभाल खुद कर ले। ऐसा कर सकना हर छोटे बच्चे के लिए बडा कठिन होता है और उसे इस क्षेत्र मे स्वतंत्र बना देने के लिए यह आवश्यक है कि उसे आरम्भ मे काफी मदद दी जाये। इस संबंध मे सफाई करना और खाना खिलाना ये दो ऐसी बातें है, जो नियमित रूप से होनी चाहिए। बच्चा जब शुरू-शुरू में कोई जानवर पालता है तो उक्त दोनो ही काम अत्यन्त उत्साहपूर्वक करता है लेकिन ज्यो-ज्यो समय बीतता जाता है उसका उत्साह ठडा होता जाता है और उसे दोनो ही कामों से ऊब होती जाती है। बडों को वह तो मान ही लेना चाहिए कि वह बच्चे को कोई जानवर पालने की अनुमति देगे तो कुछ समय बाद ऐसा अवश्य होगा। इसलिए बाद में जब भी जरूरत हो बच्चे की उसके प्रिय जानवर की

देखभाल में आवश्यकतानुकूल मदद करनी चाहिए।

बच्चे को क्रमशः रुपये-पैसे का मूल्य और उपयोग करना भी सिखाना चाहिए। वह दुनिया में कमाने वाले व्यक्ति की हैसियत से प्रवेश करता है—इसलिए यह बड़ा ही जरूरी है कि उसे इस प्रकार का अनुभव हो। ऐसा अनुभव न होने की दशा में उसे बड़ी कठिनाई होगी। बच्चे से पैसा खर्च करवाने की आदत शुरू से डलवानी चाहिए और यह ध्यान रखना चाहिए कि वह हर मुद्रा का उचित मूल्य समझने लगे। उससे पैसा बचाने का अभ्यास भी कराना चाहिए। पैसे द्वारा बच्चे से उसके मन की चीज भी खरीदवानी चाहिए। खासतौर से उस समय जब उसने काफी रकम जोड़ ली हो। लेकिन बच्चों से यह आशा नहीं करनी चाहिए कि वे अपनी आवश्यकता की मूल्यवान चीजे भी इसी प्रकार खरीद लेंगे। ऐसी आशा करना—बच्चों से बहुत बड़ी आशा करना होगा। यह किया जा सकता है कि बच्चों से कह दिया जाये कि वे छोटी-सी निश्चित रकम जोड़कर दिखलाएं और फिर शेष पैसा अभिभावक मिलाकर वह चीज बच्चे को खरीद देगे।

बच्चे को यह शिक्षा तो आरंभ से ही मिलनी चाहिए कि वह अपने समय का प्रयोग किस प्रकार करे और कौन-कौन-से कार्य करे। आजकल बच्चों को न केवल अपनी छुट्टी के समय बल्कि स्कूल में पूरे दिन इस बात की स्वतंत्रता दी जाने लगी है कि अपना काम चुन ले। यह कार्य अक्सर माण्टेसरी आदि पद्धतियों के जरिए कराया जाता है। ऐसा करना बच्चे के लिए उपयोगी होता है क्योंकि बच्चे में खेल जैसा उत्साह ही हर काम के लिए रहता है और वह शिक्षा के मामले में भी अपना उत्तरदायित्व समझने लगता है। कला, संगीत, काव्य, हस्त उद्योग आदि के प्रति लोगों का सम्मान बढ़ता ही जा रहा है, इसलिए बच्चों के लिए इनमें से अपनी रुचि के किसी भी विषय में योग्यता प्राप्त करने का द्वार खुलता जा रहा है और सुविधाएं बढ़ती जा रही हैं। किताबों की विद्या अर्जित करने में ही बच्चे की योग्यता आकने का भाव क्रमशः घटता जा रहा है। न तो स्कूलों में ही और न घर में ही यह जरूरी समझा जाने लगा है कि बच्चे की योग्यता के सबंध में केवल इस बात से ही फैसला न कर लिया जाये कि वह कितनी जल्दी अपनी पुस्तकें पढ़ डालता है।

पाठ्यक्रमों में बच्चों को अधिक छूट दिया जाना निश्चित रूप से आधुनिक मनोविज्ञान की प्रवृत्तियों के अनुकूल है और बच्चे के लिए सबसे अधिक लाभदायी है क्योंकि इससे बच्चे में वास्तविक रुचि पैदा होती है, वह यथार्थ सफलता प्राप्त करता है और उसे स्कूल के काम को करने में सचमुच बड़ा आनन्द आने लगता है।

मैं आरंभ के अध्यायों में यह बतला चुकी हूँ कि बच्चों की 'शरारत' का बहुत कुछ कारण कुछ-न-कुछ करते रहने की उनकी प्रवृत्ति होती है। इसके अलावा बच्चों के शरारती होने के कारण यह भी होते हैं कि उनमें अथक श्रम करने की शक्ति होती

है, एक प्रकार की सहज उमग होती है जो कभी-कभी बच्चे के अभिभावक में ओर गलतफहमी भी पैदा कर देती है। यह सब कुछ निर्विवाद रूप से सत्य है लेकिन हमें यह बात भी महत्त्वपूर्ण समझनी चाहिए कि हमारे बच्चों को ससार में रहना है और ससार के अनुकूल बनकर रहना है, इसलिए यह आवश्यक है कि उन्हें धीरे-धीरे यह सिखाया जाये कि वे अपने ऊपर किस प्रकार नियंत्रण करे जिससे ज्यो-ज्यो वे बड़े होते जाये उनका बचपना पीछे छूटता चला जाये। हम बड़े बच्चों से यह आशा नहीं करते कि वह बहुत क्रोधी हों, आपस में बुरी तरह लड़े, एक-दूसरे से जले-कुड़े और मारपीट करें या एक-दूसरे को तग करे। अब हम आशा करते हैं कि वे शान्त स्वभाव के सयमित मनोवृत्तियों वाले व्यवस्थित चित्त के युवक हों। हमें उनसे निराशा नहीं होगी यदि हमने शुरू से ही बच्चों को अपना आचरण स्वयं निर्धारित करने का अवसर दिया, घर या स्कूल में सबके लाभ के लिए आवश्यक नियम उन्हीं से बनवाए और उनको बड़ों के प्रतिबद्धों से क्रमशः छुड़ाकर स्वतंत्र और आत्मनिर्भर होने की शिक्षा दी। संभव है कि वे अपने उच्च और महत्वाकांक्षापूर्ण प्रयत्नों में हमेशा सफल न हों, कभी उनसे भूले भी हों, उनमें दोष भी आ जायें, वे छोटे-मोटे कामों में यहा-वहा अनुत्तीर्ण भी हो जायें लेकिन इतना निश्चित है कि वे पारस्परिक और स्नेहशीलता द्वारा किशोरावस्था में भी कठिनाइयों के समय रास्ता निकालना सीख लेंगे।

हमारे बच्चे निश्चित है कि हमारे इस काम का पूरा फायदा उठायेगे। यह लाभ इस रूप में होगा कि उनकी समझदारी और उनके अवसर दोनों ही बढ़ जायेगे।

मैं नीचे कुछ इस बात के दृष्टान्त दे रही हूँ कि बच्चे किस प्रकार क्रमशः बढ़ती हुई जिम्मेदारियों को सभालना पसन्द करते हैं।

(अ) 3 वर्ष के बालक द्वारा अपने कपड़े स्वयं पहनने की चेष्टा

एक दिन 3 वर्ष का बालक शोभा नर्सरी से घर जाने की तैयारी कर रहा था। तभी उसकी मा ने उसे पुकारा। मा स्वयं उस स्थान पर गयी जहाँ शोभा का कोट रखा था। उसे खूँटी पर से उतार लायी और शोभा को पहनाने लगी। शोभा रोष और क्रोध से एकबारगी चीख उठा। परिणामतः मा ने कोट छोड़ दिया। बच्चा अपना कोट वहा ले गया जहा वह टगा था। उसने कोट को फिर खूँटी पर टागा। इसके बाद स्वयं ही बड़ी गंभीरता से जैसे वह कोई धार्मिक कृत्य कर रहा हो उसने फिर खूँटी से कोट उतारा। उसे स्वयं ही पहना और एक-दूसरे बच्चे के साथ भाग गया। मा यह सब बड़े अचम्भे के साथ देखती रही। मा को इस प्रकार खडा देख अध्यापिका उनके पास आयी और उसने विस्तारपूर्वक बतलाया कि यहा बच्चों को अपने कपड़े उतारने, पहनने और टागने का काम इस प्रकार सिखाया जाता है कि वे स्वयं ही उसे कर लें अब शोभा अपने आप यह काम कर लता है और उसे इस काम में किसी की

की आवश्यकता नहीं पड़ती।

(आ) 4 वर्ष की बच्ची का अपना कम्बल तहाना

सीमा जब 4 वर्ष की बालिका थी तो एक नर्सरी स्कूल में पढ़ती थी। वह बड़ी होशियार लड़की थी। एक दिन सोकर उठने के बाद जब वह नर्सरी स्कूल में अपना कम्बल तहा रही थी तो उसके पिता आ गये। वे बड़े लम्बे-तगड़े थे और पुलिस में थे। वे उसे घर ले जाने के लिए आये थे। वह चाहते थे कि बालिका की कुछ मदद कर दे क्योंकि सीमा को अपना कम्बल अपने आप तहाने में काफी कठिनाई हो रही थी। वे कम्बल उठाने के लिए झुके भी। जब सीमा ने देखा कि उसके पिता कम्बल तहाने जा रहे हैं तो उसने कम्बल को जोरो से पकड़ लिया और बड़ी दृढ़ता से अपने पिता की तरफ देखने लगी। पिता ने देखा कि वह कम्बल तहाने का कार्य स्वयं ही करना चाहती है तो उन्होंने अध्यापिका की तरफ देखा। उन्होंने आखों-ही-आंखों में पूछा कि 'क्या यह काम बच्ची स्वयं कर सकती है ? क्या मुझे इस काम को करने का भार उसी पर छोड़ देना चाहिए ?' अध्यापिका ने मुस्करा-कर बतला दिया कि वे यह काम बच्ची के लिए ही छोड़ सकते हैं—वह उसे कर लेगी। पिता ने ऐसा ही किया और सीमा ने थोड़ी ही देर में बड़ी सफाई से कम्बल तहाकर रख दिया।

(इ) 4 वर्ष की बच्ची का मातृत्व भाव

बहुत-से लोगो ने बच्चों को अपनी आयु से छोटे बच्चों की देखभाल करते हुए देखा होगा। उन्होंने देखा होगा कि बड़ा बच्चा किस प्रकार छोटे को उठा लेता है, उसे प्यार से गुदगुदाता है, चूमता है और उसकी हर छोटी-सी-छोटी बात का ख्याल रखता है। 4 वर्ष की बालिका आभा से मिलने के पूर्व मैंने पहले इस प्रवृत्ति को किसी भी बच्चे में इतने साफ ढंग से नहीं देखा था। वह एक नर्सरी स्कूल में पढ़ती थी। वह अपने पड़ोसी के 2 वर्ष के बच्चे को विशेष रूप से चाहती थी। वह बच्चा भी नर्सरी में आता था। लेकिन आभा का परिचय उससे पहले से ही था। इसलिए आभा नर्सरी में भी उसके प्रति अपना विशेष उत्तरदायित्व अनुभव करती थी। संगीत और नृत्य के घण्टे में वह 2 वर्ष के बच्चे को अपने साथ ले लेती और उसे यह बराबर बतलाती कि संगीत में ताल पर हर कदम किस प्रकार उठाना चाहिए और किस ताल पर शरीर के किस अंग को उठाना चाहिए। अन्य घण्टों में वह उस बच्चे के लिए कोई काम खोज लेती और उससे वह कराती। वही उसका कोट और टोपी उतारकर रखती और ऐसा हो गया कि आभा के बिना वह बच्चा हिलता भी नहीं। आभा भी उसे अकेला छोड़ना गवारा नहीं कर पाती थी। नतीजा यह हुआ कि बच्चे को दूसरे वर्ग में रखना पड़ा जिससे वह अपने हाथ-पैर अपने आप हिलाना सीखे और आभा

भी उसकी अनुपस्थिति बर्दाश्त कर सके।

(ई) 6 वर्ष की बच्ची का अपने हाथ अपने आप धोने का उत्साह

मीरा जब 6 वर्ष की थी तो उसे एक ऐसे स्कूल में पढना पडा था जिसमे इस बात पर बहुत जोर दिया जाता था कि बच्चो के हाथ साफ रहे। बच्चों के हाथो को रोज देखा जाता था और जिनके हाथ साफ होते उनकी बड़ी प्रशंसा की जाती। क्रमश मीरा भी इस प्रशंसा के लिए लालायित रहने लगी। वह अपने हाथ धोने मे कभी-कभी पौन घण्टा तक लगा देती लेकिन उसके हाथ साफ नही रह पाते थे। किन्तु बाद में उसने हाथ साफ रखने का अभ्यास कर ही डाला। इस सफलता के लिए मीरा की उसके अध्यापको और माता-पिता दोनो ने बड़ी प्रशंसा की। लेकिन इस स्थल पर ऐसा लगता है कि मीरा के माता-पिता और अध्यापको—दोनो ने इस बात पर बहुत अधिक बल दिया। अच्छा होता यदि यही बात बालिका अपने अन्य कार्यों के साथ ही सीख लेती और ऐसा करने के लिए उस पर बहुत अधिक जोर न डाला जाता।

प्रश्नावली

1. आप किसी बच्चे को यह किस प्रकार सिखलायेंगे कि उससे छोटे बच्चे को भी इस बात की आवश्यकता है कि वह अपना कार्य स्वयं करे ? सम्भव हो तो अपने अनुभव से ऐसा कोई उदाहरण दीजिए ? (अ, आ, इ)
2. विभिन्न आयु के बच्चों को किस हद तक अपने कपड़े अपने आप चुनने की छूट देनी चाहिए ? जब आप बच्चे थे तो क्या आपने अपने लिए भी कोई कपडा चुना था ? यदि 'हां' तो कौन-सा ? उस समय आप में क्या-क्या भाव पैदा हुए थे ? आपकी आयु क्या थी ?
3. किसी आदत को डालने के लिए बच्चे पर बहुत अधिक जोर डालना भी क्या खतरनाक होता है ? बतलाइए, साधारण और दैनिक कार्य कर लेने के लिए बच्चे की प्रशंसा किया जाना क्यों बुद्धिमत्तापूर्ण नहीं है। (ई)
4. आप किसी बच्चे को उसके सोने के समय के पालन में और छुट्टी का समय बिताने में किस प्रकार सहायता करेंगे ?
5. क्या आप यह ठीक समझते हैं कि बच्चों को जानवर रखने दिये जाये ? यदि हां तो बच्चों की जानवरों के प्रति क्या जिम्मेदारी होनी चाहिए ?
6. किसी ऐसे बच्चे का किस्सा बतलाइए जो किसी काम का उत्तरदायित्व संभालने के लिए उत्सुक हो चाहे बड़ी द्वारा उसकी इच्छापूर्ति में बाधा ही क्यों न डाली जा रही हो अ आ इ